IDA BACCINI

FUOCO SACRO

L. CAPPELLI - ROCCA SAN CASCIANO

IDA BACCINI

Fuoco Sacro

ROCCA S. CASCIANO
LICINIO CAPPELLI
EDITORE LIBRAIO DI S. M. LA REGINA MADRE

Acqua igienica servendo per profumare e per mettere [illegible] delle gocce per schiarare la bocca.

Alcool a 85 grad.			Litri 1
Essenza di	bergamotto	gr.	10
"	" arancio	"	10
"	" limone	"	5
"	" cedro	"	2
"	" rosmarino		1
Tintura di	benzoino	"	5

Rimescolare tutto e si scuote ogni 24 ore, poi si lascia in riposo per 8 giorni e s'imbottiglia in flaconcini.

PROPRIETÀ LETTERARIA

Rocca S. Casciano 1903. Stab. tip. Cappelli

AL PRINCIPE

GINORI-CONTI

FONDATORE DELLE SCUOLE PROFESSIONALI
DI FIRENZE.

Io La conosco dalle sue scuole, così come si conosce il poeta dal suo canto: e mi pare che fra tutti i femministi arrabbiati e i codini impenitenti che collocano la donna troppo in su o la vorrebbero far ruzzolar troppo in giù, Ella occupi il miglior luogo.

Nelle sue scuole, la donna impara a conoscere e ad apprezzar la vita per quello che veramente essa è: una palestra di lavoro fecondo e di non inutili lotte, dove ciascuno finisce col prendere il posto che gli spetta.

Permetta quindi che io intitoli que-

sto mio nuovo libro al suo nome simpatico. Forse nessuno e neppur Lei si sarebbe aspettato da me un trattato di cucina. Ma esso è il frutto d' una lunga e serena esperienza.

Mi sono accorta che una buona cuoca ha, nel mondo, maggiori probabilità di pace e di onesti guadagni d' un poeta idealista o d' una coscenziosa educatrice. Perchè non tentare di far molte cuoche, in Italia?

Vista la frequenza dei banchetti politici in cui si cucinano in tante salse uomini e cose, c' è da sperare che i futuri ministri della Pubblica Istruzione incoraggeranno questa nuova forma d' operosità femminile.

Io ci spero assai e, intanto, illustre signore, me Le dichiaro

Devota Ammiratrice

Ida Baccini.

Amabili Signorine,

Penso, senza poter frenare un sorriso, alla gioia, alla beatitudine che avrei procurato ad un erudito se lo avessi pregato di scrivere una prefazioncella a questo libriccino che, malgrado la sua veste elegante e le sue aspirazioni (oh! le pretese della gente piccina!) ai salotti è pur sempre un libro... di cucina.

L' erudito, prima di accingersi al lavoro, sarebbe andato Dio sa quante volte in biblioteca ad attinger notizie, a fare spogli, a prendere appunti.....

E come mangiavano i Fenici, gli Egiziani, i Greci, i Romani? È vero che la gastronomia, ai tempi di Silla, veniva tenuta in conto d' una vera e propria scienza? È vero che lo stesso Catone non isdegnò di trattare in alcuni suoi scritti di questa utilissima fra tutte le arti?

E di mano in mano che l' erudito si fosse riscaldato nel lavoro (pare impossibile, ma anche gli eruditi si riscaldano!) vi avrebbe citato i tre *Apici*, benemeriti, anch' essi, della cucina, e si sarebbe trattenuto specialmente sul secondo Apicio che visse ai tempi di Augusto e di Tiberio e fu celebrato da Seneca, da Plinio, da Giovenale, da Marziale e da altri!

Ma io scommetto, mie care piccine, che giunte a questo punto, avreste mandato l' erudito chi sa dove e forse — orrore! — avreste chiuso il libriccino del « Fuoco Sacro » in cui la vostra vecchia amica ha profuso tutti i morenti colori della sua intarlata tavolozza.....

*
* *

Siate sincere: a voi, d' una vera e propria storia della cucina non importa un bel nulla e.... neanche a me. Quindi, visto che da ambo le parti ci troviamo perfettamente d' accordo, lasceremo l' erudizione a casa sua o tutt' al più, poichè è una vecchia signora molto puntigliosa e facile ad impermalirsi, le useremo qualche riguardo, le faremo qualche piccola concessione, ma piccola, veh!

*
* *

L' arte della cucina è antica come il mondo, quindi è arte nobilissima. È stato detto molto prima di me e da pezzi più grossi di me che la bestia mangia e il solo uomo *pranza*. Ed erano pranzi un po' semplici, un po' primitivi ma pranzi nel vero significato dalla parola le focaccie con le quali Abramo festeggiò la visita dei due angioli, le famose lenticchie di Esaù, la traditrice selvaggina con che Giuseppe si guadagnò la benedizione di Isacco moribondo (che bello stomaco, quei patriarchi!) gli arrosti omerici, i conviti di Baldassarre ec., ec....

Vi dovete essere accorte prima di me, signorîne, che gli avvenimenti più memorabili si collegano sempre al convito.

Quello, or ora citato, di Baldassarre, in cui Daniele fece le sue prime armi di profeta, informi. E la cena di Oloferne, in seguito alla quale il disgraziato barbaro perse la testa e non, come si crederebbe, in senso allegorico? E le nozze di Cana che Gesù rese immortali con la gioconda trasformazione dell' acqua in vino, trasformazione memorabile che il vil gregge dei vinai ha interpretato sempre alla rovescia?

*
* *

Le persone così poco sensate, così sature di superbiuzza idealistica da non concedere all' arte della cucina che un sorrisetto di sprezzo, riflettano che la sintesi della vita o meglio anche il suo simbolo più caratteristico è.... una tavola apparecchiata.

Si festeggia la nascita dell'uomo col rinfresco.. battesimale: a sett' anni, quando il sacro Crisma lo fa soldato della fede, disposto a sopportare pel trionfo della medesima percosse, vilipendii e martirii, la famiglia lo rinfranca con un bel *lunch* a base di cioccolata, di confetti e di sand-vichs... E allorchè stanco di vagar solo nell' Eden della vita, cerca e trova un' Eva di buona volontà, pronta ad attaccargli i famosi bottoni, e a salvargli dalle tignuole i panni da verno, un convito sontuoso che la moda capricciosa battezza

colazione, banchetto, lunch o *the*, mette la sua nota umana e gioconda nel severo avvenimento a cui va unita tanta grave e importante responsabilità di coscienze...

Che più? nemmeno le severe cure della politica possono disgiungersi dalle più ineffabili compiacenze della ghiottoneria. Quando un ministro parla sul serio, tutti gli altri mangiano, in qualunque critico momento si trovi il paese. Le promesse di riforme ed i voli patriottici si alternano coi filetti alla parigina e con la zuppa inglese; una nuova forma di triplice alleanza.

A stomaco digiuno si promette male; e per il benessere del paese è ottima cosa, prima di tutto, empirsi la pancia. Perchè gli onorevoli sonnecchino sui loro propositi e sui loro discorsoni.... diavolo! o non c'è la *camera* apposta?

Tutti sanno che presso i popoli antichi (che cosa non hanno fatto i popoli antichi, eterni Dei?) vigeva l'uso assai barbaro di commemorare i defunti mangiando a crepapelle e di far seguire al malinconico funerale un lieto banchetto. Sarà stato un mezzo come un altro di stordirsi, ma sono di quegli stordimenti che fanno comodo!.. Invece di beversi le lacrime, quella brava gente credeva bene di vuotarsi delle coppe di vino; e sapete il perchè? perchè il romanticismo non era stato ancora inventato, e i dolori eterni non si provavano, è vero, ma nemmeno si fingevano!

Ho letto in alcuni libri di morale.. antiquata che le donne « si dilettano molto nell' arte della cucina ed a quella con più particolare effusione si dedicano » ebbene, non ci credo. Io ho visto

molte donne arrancare faticosamente, con un diavolo per capello perchè quel boccone da desinare fosse pronto per l' ora in cui ritornava a casa il pingue marito, ma non ho mai letto nelle loro fisonomie l' espressione di una troppo viva compiacenza nè mi sono mai accorta che le poverine dessero al mestolo il valore di uno scettro. Le donne fanno da mangiare perchè non lo fanno gli uomini ; ma è raro che vi si dedichino con particolare effusione. Ci sono tante belle cose da godere in questo mondo, prima di rintanarsi nell' oscurità dei fornelli !...

S' intende che ogni regola ha le sue eccezioni e che anche l' arte della cucina può esser fonte di grate compiacenze, sopratutto a chi l' *ami* di per sè stessa; quindi questo libriccino non vuole *imporre* l' esercizio di questa delicata arte del gusto, nè trasformare la gastronomia in una lezione di morale. Ma fa rabbia il sentire certe rosee bionde e languide sposine di provincia, che al marito non han portato nè dote, ne attitudini ad un lavoro rimunerativo, manifestare un disprezzo olimpico per la cucina, come di qualche cosa che non è degna delle loro mani bianche e paffutelle. Oh, no, non starò a mettere in tavola i troppo comodi esempi di tutti i grandi uomini che non sdegnarono di cuocersi con serena semplicità una scodella di minestra e una saporita frittata senza darsi nessuna di quelle grandi arie che si danno le donne per compiti anche più modesti ! Non tesserò nemmeno la biografia dei ghiottoni celebri che trovaron modo di metter benissimo d' accordo gli irresistibili

bisogni del genio con quelli, spesso più irresistibili, del loro stomaco. Che volete? Della storia, a dire il vero, ho poca fiducia.

Parliamo dunque di ciò che si può fare oggi e di quello che ordinariamente si fa. La cucina purchè sia vasta, pulita, chiara ed allegra, non mi dà punto l'idea di un luogo di dolore o di un recesso di penitenza.

Vi è una voluttà speciale del tatto, degli occhi, e soprattutto dell' odorato nel cuocer vivande e nel preparar piatti freddi. La fatica di ammannire in breve tempo un buon desinaretto, non è lieve, ma è fonte di grandi soddisfazioni... Il gradito lavoro esercita mirabilmente le nostre facoltà di osservazione e di raziocinio, e ci dà modo di imparare mille cosuccie apparentemente insignificanti, ma che hanno invece un immenso valore pratico. Le scuole professionali han messo la « Cucina » fra gli insegnamenti... quasi obbligatori ed han fatto bene. Non c' è da accampare... *dignità* o *bassezze*; far la cucina non è mai stata un' azione vergognosa, dal momento che tutti, volenti o nolenti, siamo costretti a mangiare. Ogni azione umile attinge la sua grandezza dall' amore con cui è compita; ricordiamocene. Insegnamo dunque, alle nostre ragazze, ho pensato, anche un po' d' arte gastronomica. Sarà un tanto di guadagnato, e per loro, e per noi.

Il focolare domestico.

Prendendo nel vero loro significato queste tre parole che riassumono tutti i nostri più cari ricordi d' infanzia, tutta la poesia della vita di famiglia, con le sue feste, le sue riunioni, i suoi dolci conviti del Natale e della Pasqua di Resurrezione, abbiamo il coraggio di domandare a noi stessi : — Questo focolare esiste ancora ? È ancora conciliabile con la vita febbrile e agitata che conduciamo da tanto tempo — col prepotente bisogno di locomozione che ha distrutto ogni distanza — con la superiorità ragionatrice (non oso dir parolaia !) con cui analizziamo per menomarla o relegarla fra gl' istinti e le consuetudini, ogni nostra più gentile facoltà affettiva ?

Vive ancora la poesia dei vecchi nonni dai capelli bianchi, seduti accanto al fuoco e circondati dalle nuore e dai nepoti ?

Negli antichi castelli rutilanti di luce elettrica e a cui si accede, con l' automobile, e con la bicicletta, si conservano ancora certe sale dagli ampi camini ove i pellegrini e i canuti guerrieri narrano agli ascoltatori stupiti le meravigliose loro gesta, le giostre, i tornei, i memorabili fatti d' arme che lo zio monaco registra tremando sull' ingiallito libro dei ricordi, fra due svelte figurine d' angioli miniati ?

Ahime! Ahimè! La stampa, il vapore, il telegrafo hanno reso inutili le poetiche narrazioni: le vecchie sale sono ridotte a musei e gli zii monaci — quando il governo lo permette loro — aprono delle scuole e insegnano ai giovani le matematiche e le scienze naturali.

*
* *

— Il « *focolare domestico* » è spento: la nuova civiltà vi ha soffiato sopra il freddo suo alito — e i nonni, quando sono ricchi, vanno a curare i loro acciacchi a Vichy o a Salsomaggiore e quando son poveri chiedono l' ultimo letto e l' ultimo tizzo di fuoco agli asili di carità.

*
* *

Pure, senza aver la sciocca pretesa di resuscitare i morti, le donne buone e gentili dovrebbero ingegnarsi di ritornare ad onore la cucina e il tinello: non per avvilire le loro nobili facoltà di pensatrici e di studiose in faccende ripugnanti o servili: non per disperder le loro più sane ed alte energie nel manipolare un intingolo o una salsa piccante: ma per creare un angolo di simpatico ritrovo: ma, per render più cara la casa ai mariti e ai figliuoli che spesso la disertano perchè fredda e inospitale: ma perchè un buon fuoco e una buona cucina possono salvar molti sconsigliati dall' abuso degli alcool e dalle teorie socialistiche... dei caffè e dei « Bar ».

Poichè — e sarebbe ridicolo il dissimularselo — l' uomo animale è rimasto sempre lo stesso a traverso i secoli e le civiltà — e un arrosto ben fatto ha sempre avuto ragione di molte sue perplessità, debolezze e contradizioni.

Io non so se sia bello ricondurre l' uomo all' amore della casa pel tramite dell' arrosto o d' un buon pasticcio di maccheroni... ma non si può chiamare neppure un peccato.

É, tutt' al più, una malizia innocente che i colpiti vorranno di buon grado perdonarci. Sono cosí magnanimi gli uomini, quando ci si mettono!

L'appetito.

« L' appetito — scrive un amabile igienista (1) — è un bisogno istintivo derivante dal sentimento della conservazione. Alla vista degli alimenti desiderati le « potenze » digestive si mettono sotto le armi, la saliva affluisce alla bocca e il sugo gastrico allo stomaco. L' appetito è il campanellino d' allarme avvertente l' economia vitale ch' è necessario riparare alle continue perdite fiscologiche, offrendo al fornello nutritivo nuovi combustibili ».

Paolo Bert ha definito la fame « la bandiera inalzata dall' organismo per sollecitar l'aiuto del cibo ». Sensazione da prima piacevole, diventa rapidamente dolorosa: essa risiede nel sistema nervoso centrale, ed è per questo che l' oppio,

(1) *Dott. E. Mony.*

il tabacco ed altri agenti, sedativi dell' encefalo, diminuiscono o sopprimono l' appetito....

*
* *

Le passioni tristi, lo *spleen*, l' ipocondria e sopratutto l' invidia « il mostro dalle zanne di ruggine » (*livent rubugine dentes*) sono cause d' inappetenza e talvolta d' invincibile ripugnanza del cibo. Quindi i migliori *vermouth* saranno sempre la serenità, la dolcezza, l' indulgenza.

L' appetito si mantiene e si regola con la sobrietà, con un orario fisso e con l' esercizio muscolare nelle prime ore mattutine.

Non sconsiglio del tutto gli « stomatici » e gli « amari » ma ritengo per fermo che una buona passeggiata e la coscienza di aver bene speso il proprio tempo sieno fra i migliori « *aperitifs* ».

*
* *

Eccovi alcune regole alle quali vi sottoporrete se vi sta a cuore lo star sani e viver lungamente.

1. Se avete abitudini regolari, fate dei pasti regolari, a ore regolari.

2. Se siete di costituzione delicata o malaticcia, mangiate quando avete fame, e *con una certa frequenza* se mangiate poco.

3. Non vi mettete a tavola se tornate, stanchi, da una lunga passeggiata o se siete in uno stato di eccitazione.

4. Mangiate adagio, masticate bene e tenete i denti in buono stato.

5. Non bevete acqua o vino troppo freddi se mangiate cibi troppo caldi.

6. Bevete moderatamente a pranzo: meglio ancora non bere per evitar l'enfiagione dello stomaco.

7. Guardatevi bene dal mangiare e leggere — peggio ancora — dallo studiare. Durante il desinare lo spirito deve tacere. Il corpo solo è signore e padrone.

8. Non mangiate mai quel che non vi piace.

9. Non prendete mai alimenti o bevande troppo calde: nuocciono egualmente ai denti e alla digestione. Qualche grado di calore di più basta per distrugger l' effetto dei sughi gastrici.

10. Mangiate sempre, se è possibile, con persone allegre. Gli antichi, fedeli in ciò a dei buoni principii d' igiene, tenevano allo loro tavola dei buffoni, il cui ufficio era di provocare il riso: il miglior tonico per la digestione. Si è portati generalmente a considerare il riso come un semplice movimento istintivo, mentre forma una delle nostre più importanti funzioni, non solo sollevando il nostro morale, ma fortificando i nervi e cacciando la tristezza.

State dunque di buon umore, non parlate d' affari e non scegliete quel momento per sgridare alcuno, neppur la cameriera.

11. Astenetevi dal mangiare quando siete sazio o non avete appetito.

12. Mangiate liberamente i dolci, ma non abusate di confetti e di zuccherini, che sciupano i denti e lo stomaco.

13. Un esercizio troppo violento subito dopo

il pranzo turba la digestione. Quindi astenetevene.

14. Andate a pranzo con l' anima serena, con la coscienza di aver bene impiegata la vostra giornata. Questo, il miglior *vermouth*.

La siesta.

È un' abitudine da canonici e da vecchi pensionati: un' abitudine ridicola ed antigienica, ma che farci? Non si può passar tutta la vita a combattere le abitudini. Ci vorrebbe altro!

La siesta non risponde ad un bisogno reale. Quel senso di dolce torpore che invade l' organismo, dopo un lauto desinare, va combattuto energicamente. Non bisogna cedervi mai, ma reagire per quanto è possibile. La natura ha decretato certe ore per il riposo e non è prudente trasgredire alle sue prescrizioni. La notte è fatta per dormire; il giorno per lavorare, per istudiare, per pensare, per divertirsi, per tutto quello che credete insomma, non per abbandonarsi alle delizie di un sonno artificiale da cui ci svegliamo con la testa in pezzi, col corpo grondante di sudore, con la bocca amara, con le membra rotte.

Chi ha preso l' abitudine alla « siesta » vi persevera anche quando proprio non ce ne sarebbe più bisogno. Se il sonnellino dopo pranzo o dopo colazione può avere una leggiera attenuante nell' estate, quando i caldi micidiali assopiscono i sensi e paralizzano i muscoli, il sonno provocato in quelle giornate d' inverno nelle

quali un corpo robusto e sano si sente meglio addestrato e pronto alle fatiche del lavoro, non ha assolutamente ragione d' essere.

Molti dicono, quasi per iscusarsi: — A me bastano dieci minuti di sonno. Dopo mi alzo più fresco, più libero, meglio disposto alla lotta quotidiana. — Un' assurdità, come vedete; giacchè non è ammissibile che dieci minuti o un quarto d' ora di sonno possano ristorare completamente le forze di un organismo stanco.

Dormiamo meno che è possibile; ora che siam vivi! Dev' esser così lungo e profondo il sonno della morte!

Diamo all' esistenza il meglio delle nostre energie, delle nostre opere, dei nostri sentimenti, dei nostri pensieri, nè ci indugiamo compiacentemente nei piccoli letarghi accidiosi, trasformati in bisogni fisiologici dalla nostra suggestione.

Lasciamo dunque la siesta a coloro che han vissuto, han lottato e che sono stanchi. I giovani debbono vegliare.

La digestione.

— È una delle funzioni più importanti della vita vegetativa — dicono i medici, i fisiologi e gli igienisti. — *On ne vit pas de ce qu'on mange mais de ce qu'on digère.*

— È uno dei momenti psicologici più deliziosi — sentenziano i poeti e gli artisti a cui qualche raro invito a' pranzi eleganti frutta il facile entusiasmo dello sciampagna e del bordeaux.

— È la più bell' ora della giornata — esclama il ghiottone colla faccia rossa e pingue inghirlandata dal tovagliolo e che ripensa con memore beatitudine i sapori e i profumi del suo desinare appetitoso.

— È la più grande modificatrice del carattere umano — dico io tanto per dire qualche cosa di nuovo.

Proprio così. Il modo abituale con cui si compie la digestione ci rende ora tristi, ora gai, ora loquaci, ora allegri, ora malinconici, ora spensierati ora profondamente, ed anche troppo! — riflessivi.

La digestione, per compiersi regolarmente, ha bisogno di certe condizioni speciali dell' organismo, e si effettua con grandissima difficoltà quando queste condizioni non si verificano. Si digerisce male quando siamo inquieti, sopra pensiero, eccitati o avviliti: si digerisce male quando si mangia troppo in fretta, quando il modesto desinare è funestato da una visita sgradita, che perda il suo tempo e ce lo faccia perdere; si digerisce male quando le nostre occupazioni ci costringono a metterci immediatamente al lavoro subito dopo il pasto.

La digestione presuppone un lavoro continuo ed incessante dello stomaco, nè bisogna interromperlo o modificarlo con perdite subitanee di forze, o con sottrazioni immediate di calore. Quindi è tutt' altro che igienico bever delle bibite ghiacciate alla colazione e al pranzo.

Si corre il rischio non indifferente — credo — di rimaner morti sul colpo. E siccome certe di-

sgrazie succedono una volta sola nella vita, così è bene sfuggirne tutte le occasioni.

È assurdo ed inutile sprecare le proprie forze in esercizi ginnastici, sul principiare della digestione. Tutto il calore organico si raduna intorno allo stomaco, ed è imprudente disperderne la forza o diminuirne l' effetto.

Chi digerisce bene pensa bene ed opera bene. Si arriva a questa conclusione concatenando insieme una quantità enorme di cause ed effetti che risparmiamo molto volentieri alle nostre signorine; tanto più che la loro coltura fisiologica ed igienica potrà sostituire molto bene il meccanismo dei miei sillogismi. Non per nulla un argutissimo scrittore ci lasciò detto: Dimmi che cosa mangi e ti dirò chi sei!...

La digestione può durare più o meno secondo l' età la salute e le disposizioni organiche; ma si può generalmente darle un termine massimo di sette ore e un termine minimo di tre.

La cucina.

Le prime condizioni d' una buona cucina non differiscono molto da quelle d' un buon salotto: spazio, aria, luce. Ma poichè, pur troppo, le cucine non ce le fabbrichiamo da noi e dobbiamo prenderle così come piace al nostro padrone di casa di darcele, cosi c' ingegneremo di trarne il miglior partito possibile.

(Fo però notare di volo che quando siamo in cerca di casa sarebbe molto meglio esigere una

buona cucina che un elegante salottino da ricevere: la cucina, *quand' è come dovrebb' essere,* è la stanza geniale dove tutti convengono, dove arde a tutte le ore un buon fuoco, dove, infine, si lavora al sodisfacimento d' uno fra i più giocondi bisogni della vita: mentre il salottino rimane quasi sempre chiuso e solitario).

Il camino dev' essere ampio, provvisto almeno di due fornelli, deve aver la cappa sfogata e possedere nella sua parte inferiore due cavità ad arco per tenervi custoditi il carbone, le legna e la brace. Queste cavità saranno ben chiuse da appositi sportelli, affinchè non vi penetri dentro qualche animale domestico desideroso di lasciarvi una traccia del suo passaggio. Queste *traccie,* confuse con le sostanze combustibili, ammorbano la casa con l' odore scellerato. L' acquaio dove si rigovernano i piatti deve contenere la cannella dell' acqua potabile ed esser sufficientemente vasto.

Dopo ogni ripulitura o scolo di acque inutili, se ne chiuda diligentemente l' orifizio, perchè non si sprigionino per la cucina odori nauseanti. E' una buona cosa quando l' acquaio è lontano dal camino e vicinissimo a una finestra.

Le immondizie (residui di cibi, di verdura, di frutta, di legumi, ecc.) non andrebbero tenute in cucina: ma siccome non tutti posseggono un cortile o un po' d' orto, si terranno il più breve tempo possibile e si esigerà che ogni sera la donna di servizio ne liberi la casa. La spazzatura, specialmente durante l' estate, può esser veicolo di fulminee e, spesso, irrimediabili infermità.

La *piattaia*, ove si mettono a sgrondare i piatti subito dopo la rigovernatura, si lavi didiligentemente ogni due giorni.

E, per non prolungar di troppo questa parte ingrata del mio insegnamento, riassumo ogni mia raccomandazione nella seguente parola:

Nettezza. Nettezza scrupolosa nelle stoviglie, sul pavimento, sui muri, negli angoli più risposti, nella biancheria, sul camino, *ovunque*. Fate che la vostra cucina brilli e sorrida al sole nella lucentezza delle stoviglie, dei vecchi *rami* appesi alle pareti, dei vasi destinati ad accogliere le vivande.

Una cucina pulita e gaia dà subito un' ottima idea della padrona di casa, la quale non deve, non può trascurarla, anche se le sue occupazioni, di indole più elevata, non le consentono le funzioni di massaia e di cuoca.

I mobili e gli utensili.

I primi si riducono a ben pochi: una madia o *buffet* in legno d' abete greggio e due tavole in marmo o in lavagna. Anticamente, sul piano superiore della madia, le nostre donne intridevano la farina e facevano il pane. Oggi che questo si compra dal fornaio (quando non ci sono gli scioperi), il piano della madia può servire per la manipolazione di dolci, di focaccie, ecc.

Nella parte inferiore del mobile si tengono riposte quelle piccole quantità di farina, latte, zucchero, sale, uova, olio che è bene aver sot-

tomano, sopratutto se la dispensa è un po' distante dalla cucina. Ma la massaia abbia cura di rinnovar sempre queste provviste. Riesce così facile dimenticare negli angoli, i piccoli rinvoltini che col tempo, inacidiscono e dànno al mobile un nauseante odore di stantìo e di rinchiuso. La madia o il buffet debbono venire diligentemente vuotati, ripuliti e, all' occorrenza, disinfettati *almeno* una volta la settimana.

Ho consigliato le tavole di marmo o di lavagna perchè si possono facilmente lavare più volte il giorno.

La biancheria di cucina consiste: in due grossi asciugamani, in due canevacci, in un grembiule dal petto risalente fin quasi al collo e di molti ruvidi pannilini per asciugar le tavole, le invetriate delle finestre, ecc. Ogni quanto si cambia la biancheria di cucina? Se non hanno luogo ripuliture straordinarie, due volte la settimana sono sufficienti. Del resto, più le stoviglie e i grossi vasi da cucina sono *rigovernati* diligentemente, meno s' insudicia la biancheria.

*
* *

A proposito di vasi: il rame va perdendo terreno ogni giorno di più, ed è giustizia. Oltre alla grave e continua spesa delle stagnature, il rame, trattato da cuochi inesperti o negligenti, rappresenta una quotidiana minaccia di avvelenamento.

Ben vengano gli azzurri recipienti in ferro,

così leggiadramente foderati di candida maiolica: ben vengano i lucenti allumini e le resistenti terre di Messina! Costano meno e non ci fanno paura. Le massaie tengano spesso d' occhio la donna quando rigoverna e pensino che un residuo anche microscopico di carne o di qualsiasi sostanza organica può divenire, corrompendosi, un formidabile veicolo di malattie e d' infezione.

Per esempio, vi sono molti cuochi all' antica che battono la carne e le erbe aromatiche, come sedano, cipolle, agli, ecc. su dei *taglieri* di legno. Il legno s' infiltra facilmente di quelle sostanze e neanche il ranno bollente vale a detergerlo completamente. Quindi, non permettete una simile enormità e fate battare la carne e le erbe sopra un piccolo piano di marmo.

Lo stesso debbo avvertire circa l' uso di quegli abominevoli mestoli o romainuoli di legno che, pel frequente uso, prendono un colore quasi nero e un odore.... cosmopolita. Non potrei permetter l' uso dei mestoli, cucchiai e romainuoli di legno che alla condizione di rinnovarli ogni settimana. Costano così poco!

*
* *

Esigete, signorine mie, un ordine scrupoloso per quel che si riferisce alla disposizione delle cose. Che i canevacci per le mani non sieno vicini a quelli che servono ad asciugar le stoviglie! Che le cipolle, gli agli e tutte le erbe secche aromatiche occupino un luogo ben di-

stinto, bene isolato, in modo che non possano comunicare il loro odore agli oggetti vicini.

Mai, come in questo caso, tornerà opportuno il ricordare l' antico adagio: « Ogni cosa abbia il suo luogo ».

*
* *

Vi chiedo perdono, signore gentili, della volgarità di questa paginetta. Spero, in quest' altra conversazione, di trasportarvi in più spirabil aere!

RAVIOLI TOSCANI.

Si lessano delle bietole o degli spinaci e si strizzano bene per far loro perdere ogni umidità.

Si tritano quindi in una casseruola e s' intridono con farina bianca, sale, poco pepe, parmigiano grattugiato e qualche torlo d' uovo.

Quando l' impasto è bene amalgamato si formano con questo delle palline o bastoncini che s' involtano nel fior di farina e si lasciano una mezz' ora a prosciugare sul legno.

Quando l' acqua del calderotto bolle, vi si versano dentro con qualche precauzione i ravioli e si lasciano bollire una diecina di minuti. Quindi si scolano per mezzo d' una cucchiaia bucherellata e si condiscono con formaggio, burro, sugo di carne e tartufi.

È un' eccellente minestra.... carnevalesca.

FRITTATA A PIRAMIDE.

Fate una frittata di dodici uova e con uno stampo o coltello tagliatela a piacimento e disponete i varii pezzi in piramide sopra un piatto precedentemente riscaldato. Poi cospargetela di formaggio, burro, sugo di carne e servitela con un contorno di spinaci.

PANE DI FEGATO.

Si prende un mezzo chilo di fegato, già spellato dal macellaro, si cuoce per una diecina di minuti in una casseruola con un buon pezzo di burro e sale, e quindi si batte ben bene fino a ridurlo un unguento. Ci si mischia una grossa midolla di pane intinta nel latte, quattro torli d' uovo, due soldi di parmigiano grattugiato, pepe, sale e — per chi piace — un po' di noce moscata.

Si montano le quattro chiare dell' uovo separatamente e si mischiano anche quelle. Si prende quindi uno stampo, si unge largamente di burro: poi vi si versa l' impasto. Una mezz' ora di cottura a bagno maria è sufficiente. Questo piatto che si chiama « pane di fegato » si serve caldo con contorno di gelatina, funghi o tartufi.

TORTA DI RISO.

Si cuoce il riso nel latte, senza spannare e quand' è cotto si scola e si lascia freddare.

Dopo, si versano nel latte due torli d' uovo, un pizzico di farina bianca, zucchero, una presa di sale e un po' di buccia d' arancia grattugiata.

Si amalgama il tutto e si stende in una teglia con l' altezza di tre dita. La teglia dev' esser precedentemente unta di burro e spalmata di pangrattato. Sulla torta si mettono nuovi e piccoli pezzetti di burro con uno strato di pangrattato. Si fa cuocere fra due moderati fuochi di brace e si serve calda, ricoperta con velo di zucchero alla vainiglia.

Caffè e latte.

A volte l' unione di due cose giovani, di due cose forti, di due cose pure, genera un ibridismo antipatico ed incolore. Il famoso pane quotidiano, arme di difesa e d' offesa delle novelle strazianti, dei trattati di economia, dei romanzi d' analisi, e dei discorsi politici, messo insieme a un po' di formaggio, di salame, di coteghino, di spinaci, o di carne, è perduto, moralmente parlando. L' individualità spiccata di due passioni, annega miserevolmente nel mare della mediocrità, se i genitori delle due passioni danno il loro consenso per il matrimonio. Così il caffè e latte. L' orrida mescolanza è un' assassina di ideali. Non ci credete ? Il primo di questi innocenti liquidi — quantunque non venga preparato dalle nostre massaie precisamente all' araba —

ha una storia nel nostro romanticismo e un valore nella nostra morale. I nervosi artistici si ricollegano benissimo all' idea del caffè. Baudelaire, Gautier, Poe e cento altri che in questo momento non mi vengono nè al cervello, nè alla penna, sono i degni divulgatori della bibita amara e avvivatrice; l' infuso aromatico è stato il più potente cooperatore delle loro creazioni. — Anche il latte può far comodo, nel delicato tessuto di una novella svizzera, o nell' intreccio di qualche pia leggenda alpina. Bevono il caffè i poeti, gli scrittori, gli oratori, i musicisti; bevono il latte i vecchi, i bambini, le donne deboli, le fanciulle ammalate. Ciascuno dei due liquidi ha un compito nell' arte e nella vita; il caffè e latte non ne ha. È una bevanda borghese, viscida, traditrice, starei per dire selvaggia. Inoltre il caffè e latte non ha storia. Gli eroi d' Omero diventerebbero mostruosi se si supponesse la loro contemporaneità a quella bibita. I banchetti funebri dell' età romana ne erano totalmente scevri; i pranzi moderni pure. Nessuno pensa ad offrire un caffè e latte a un amico che gli va a far visita; nessuno si è mai avvelenato mettendovi dentro della stricnina; o se ciò qualche rara volta è successo, l' arte dei cronisti ha rimediato al possibile, tacendo il vero.

*
* *

Se noi ogni mattina accingendoci a ber la consueta chicchera della insipida bevanda, pen-

sassimo qual prova di degenerazione del gusto ci diano l' un l' altro, non esiteremmo un momento a respingere un cibo il quale è indegno del progresso dell' umanità.

Noi ne accettiamo la tradizione, con una passività vergognosa, quantunque i droghieri dieno sfogo a tutte le loro capacità inventive nel comporre mescolanze d' orzo e di lupini, e i lattai non risparmino le più generose aspersioni d' acqua fresca sui loro buglioli. Nemmeno la certezza della mistificazione ci fa insorgere : crollano gli imperi, e il caffè e latte rimane. Immaginatevi un cavaliere medioevale che parta per le crociate. Vi par possibile che nell' alba radiosa, prima di montare a cavallo, egli beva una tazza di caffè e latte ? Non è possibile. Fingete nella fantasia una figura di esploratore moderno che — nelle foreste dell' India — si prepari a una mattutina caccia alla tigre. Beverà egli del caffè e latte, prima di caricare la carabina ? È assurdo. Create una dolorosa figura di donna, la quale dopo una notte insonne, si tôrca le mani nell' impeto della disperazione, volgendo gli occhi verso il cielo ancora grigio, avreste il coraggio di farle bere, dopo la tragedia, una tazza di caffè e latte ? Non è possibile. L' arte cadrebbe. Potreste infine credere seriamente che un condannato a morte, prima di avviarsi al supplizio, chieda al carnefice una tazza di caffè e latte ? Bisognerebbe essere *morbosi* per immaginarlo. Il caffè e latte è dunque un terribile ideicida, e non possono averlo inventato che gli accademici della Crusca, o i socialisti.

Pure, è rimasto. È rimasto, soggiogando gran parte degli spiriti umani, assumendo immeritatamente l' onore di un male inteso internazionalismo. A Roma, a Vienna, a Parigi, a Berlino, a Francoforte, a Lucca, a Costantinopoli, a Prato e a Nuova-Jork si beve egualmente il caffè e latte.

Il brodetto, sopportandosi soltanto in una città, ha dato almeno un carattere storico a Sparta; il caffè e latte, bevuto su tutte le frontiere è il più terribile e pericoloso internazionalista. Egli mira a distruggere la fisonomia degli Stati moderni.

*
* *

Nella terapeutica antica si credeva che una buona cavata di sangue guarisse tutte le malattie; ebbene! Oggi, nel paese e nel tempo dei sieri e delle specializzazioni, si nutre ancora la superstiziosa credenza che il caffè e latte sia una specie di panacea universale. Il caffè e latte ristora e corrobora gli stomachi deboli; il caffè e latte guarisce con una nuova azione portentosa sull' organismo, le infreddature più restie; il caffè e latte formando il grato supplemento a certi scarsi desinarucci di famigliuole povere, è la miglior cura sintomatica delle malattie e.... del portamonete.

Pure anche il caffè e latte, come il diavolo leggendario, assume tutte le forme possibili per tentare l' umanità; come Mefistofele si veste da cavaliere e da frate. È appunto in quest' ultimo caso che lo chiamano.... cappuccino.

Io ho notato ed assaggiato nella mia non lunga vita tre specie di caffè e latte: il caffè e latte nobile; un adorabile miscuglio di panna, di zucchero, d' nova, di cioccolata, dentro alla cui schiuma giallastra, gonfia e s' affonda la midolla delle *brioches* e si attenua la croccante freschezza dei panini; ma è un caffè e latte da sposalizï e da prime comunioni, che non reca nel suo vaporoso e caldo profumo nessuna traccia di colpevole allungamento.

Questo ricco e corroborante *miscuglio*, contro tutte le leggi chimiche della terra, è sempre il prodotto di una vera *combinazione*. Ma è una combinazione che si verifica di rado.

*
* *

Il caffè e latte borghese è quello che fa la comparsa tutte le mattine sulle tavole degli impiegati, dei bottegai, dei sarti, delle maestre, dei professori al ginnasio, dei ragionieri, e ohimè.... degli scrittori. È un qualche cosa di mezzo fra il brodo delle ballotte e una soluzione carica di cicoria, la cui bontà sta in ragione inversa del numero delle vittime che debbono sorbirla. Nei collegi, nei conventi, e in generale in tutti i luoghi nei quali si adunano molti giovani stomachi affamati, il sapore della bibita appare ogni giorno così stranamente bizzarro da mettere in pensiero anche il chimico più versato e più pratico nell' adulterazione degli alimenti. In compenso il pane è a volontà; e i giovani stomachi si vendicano facendo sparire con l' agilità di un prestigiatore

delle enormi ciambelle, e degli interi filoni, anche se son duri come il sasso !...

Il terzo caffè e latte è plebeo; si beve ordinariamente nei bicchieri, anzichè nelle tazze; e concorda perfettamente colla mota nelle sfumature del colore. Quanto al suo sapore nessuno ha ancora avuto il coraggio di dire la verità, e di dichiarare la sua opinione in proposito.

Io mi son levato il gusto di inghiottire uno di questi bicchieri di caffè e latte in un bassofondo di mercato, dentro a una bottega sudicia, su una tavola ricoperta da un marmo tutto ingiallito e graffiato. Mi portarono insieme con quell' atroce bevanda, del pan duro, tagliato a fette, che si sminuzzolava tutto in fondo al bicchiere, formando una specie di poltiglia nauseabonda. I clienti di quell' oscurissima bottega sembravano malfattori; e mangiavano a quattro palmenti, sollevando gli occhi ogni tanto con fare sospettoso, e guardavano malinconicamente in quella grigia alba di novembre la strada fradicia, succiandosi via via i baffi tutti intrisi del liquido giallastro. Al banco stava una vecchiaccia, una specie di megera che dormiva sempre; e il pane, anche in quel povero luogo era a volontà; ma non più a volontà dei clienti, sibbene a volontà della padrona, la quale a dir vero, non si mostrava.... splendida.

Ma i prezzi erano così limitati (dieci centesimi, tutto compreso) che naturalmente bisognava.... beversela; e in santa pace !... —

*
* *

Andare al caffè, una ventina d' anni fa, costituiva per la « *famiglia modello* » una piccola corruzione morale. Farvi una partita a briscola poi non differiva gran che dalle follie di un moderno appassionato di Montecarlo. Bisogna vivere e soffrire nella comunanza di persone piccine, grette, limitate, studiare da vicino le loro abitudini, i loro desiderï, i loro pensieri, vedere e sentire quale strano concetto essi si facciano del dovere, del diritto, dell' ideale, dell' arte, della scienza, della virtù, del male: bisogna osservare come io ho osservato, il loro perfetto adattamento al mezzo in cui vivono, che non è affatto una qualità, ma una legge incosciente dei loro spiriti; e si finisce per iscusare davvero l' apparente immoralità delle persone d' ingegno. Ve la immaginate un' aquila desiderosa di volo, rinchiusa a forza in una bottega di parrucchieri?

Il « *caffè* », in quell' epoca, e — non purtroppo nella nostra, — rappresentava tutt'al più una distrazione per i vecchi scapoli che non avevano avuta la gioia ineffabile di mettersi insieme un po' di famiglia; una specie di piccola orgia a cui poteva impunemente abbandonarsi chi non poteva trarre dalla vita conforto d' altre dolcezze; e i caffè allora, dalle nove alla mezzanotte, eran popolati da qualche diecina di vecchietti che giuocavano al domino, a scacchi, a dama, e a carte con una tenacia degna di miglior causa.

*
* *

Com' eran tristi i caffè d' allora! Il padrone diffidando — e giustamente — delle traccie accentuate che le mosche lasciavano spesso correndo sulle superfici cristalline teneva costantemente gli specchi velati da una tarlatana mezza stinta; i divani e i panchetti erano coperti di un grosso cuoio nero, lucido e cosparso di enormi chiodi d' ottone; e il cameriere, senza *frac* — è vero — ma anche senza nessuna di quelle pose insolenti che caratterizzano i giovani servitori d' oggi, veniva chiamato col nome molto modesto di *tavoleggiante*.

Io sono tutt' altro che vecchio; anzi confesso che posso dirmi ancora molto giovane; ma mi ricordo di aver visto benissimo, dodici o quindici anni sono, qualche coppia anzianotta arrivarsene la sera al caffè, col passo maestoso di due Cesari redivivi che fossero lì lì per conquistare le Gallie. La signora portava sulle spalle una di quelle *visites* colle trine, che riprese a mezza vita, formavano, almeno secondo il mio gusto, uno dei vestiti più ridicoli; un cappellino a sporta, guarnito con grossi ciuffi di mammole, e un paio di guanti di fil di Scozia, il cui tessuto si diradava ogni giorni di più per le lunghe ed energiche frizioni di benzina, compivano il quadro.

La cura meticolosa dell' abbigliamento maschile faceva *pendant* al grottesco abbigliamento della signora.

Non c' era da sbagliare. Si trattava quasi sempre di una savia giacchetta di panno scuro, di un immacolato panciott odi *piquet* bianco (su cui brillava pomposamente la catena terminante o in un corno, o in lucido *breloque* rettangolare, molto misterioso, su cui convergevano tutte le mie curiosità di bambino) e in un paio di capaci pantaloni a righe che ricadevano elegantemente sulle scarpe rotonde e così lustre da dar le vertigini perfino al gatto del caffè che sonnecchiava in perpetuo sotto i tavolini di marmo.

L' *uomo* (a quel tempo le donne non si arrischiavano nemmeno ad aprir bocca, e venivano battezzate per quel che non erano, perfino per un semplice cambiamento di pettinatura!...) ordinava fieramente al « tavoleggiante » due caffè con qualche pasta: e dopo che il tavoleggiante aveva adempito al dover suo, egli si immergeva nella lettura del giornale, mentre la moglie, alzatasi un po' la veletta, cominciava a sorbire il liquido, sbirciando ogni tanto il marito, come per dirgli: — « Ci corre, sai, da quello che facciamo in casa! » Ma l' *uomo* — perso dietro alla politica, nella quale, come accade sempre, voleva senza capir nulla aver l' aria di capir tutto, non badava a quell' occhiata compromettente, o tutt' al più sorrideva con l' aria di un sovrano che abbia vuotato ai piedi dei sudditi qualche sacco di monete d' oro, e si compiaccia del loro tripudio. Un sonoro batter del cucchiaino, un soldo di mancia al cameriere, ed un' uscita trionfale, più maestosa dell' ingresso, terminavano

il sollazzo. L' adorabile coppia rientrava, nella vita normale, dopo aver ceduto, con un po' di vergogna, al dolce peccato.

*
* *

Oggi, tutti vanno al caffè; gli operai senza lavoro, le sartine a spasso, i ragazzi in calzoni corti, i giovinotti bocciati all' esame, che sfogano le amarezze e le passioni in caramelle, in incerettature mostruose, in orchidee fantastiche e in scarpini da ciclista; le donne intellettuali le attrici, le massaie e le madri di famiglia — che affogate nei boa di pelliccia e nelle mantelline a palchetti, dimenticano le liti e le beceraggini domestiche, assumendo delle *pose* di forestiera nel chiedere lo *schope*: ci vanno i negozianti, le serve, i signori e gli ufficiali. In certe sere d' estate è una caccia affannosa alla seggiola, allo sgabello, perfino a un semplice cantuccio di tavolino sui cui il supercameriere moderno possa appoggiare il vassoietto di metallo bianco; è un pigiarsi frettoloso e consueto tra una folla di istrioni e di perditempo, e di impiegatini a mille e cento e di rotondi pensionati che si tingono i baffi. Le ragazzine, striminzite nella fascetta, fingono la noia dei contatti e degli urti; giuocando terribilmente di sorrisetti e di occhiate, dimostrando un' energia disperata nella caccia al futuro marito. Povere ragazze, e poveri mariti !...

Tempora mutantur... con quel che segue. Il lettore è stanco e forse gli preme di cambiare ar-

gomento. Prima di contentarlo, vuol egli che diamo insieme un'occhiata a un modello di caffè, nuovo, moderno, nervoso, anzi sarei per dir.... neurastenico? La sala è grande, e corsa dai lati da amplissimi banchi che incavati in più di un punto in pittoresche nicchie son quasi stranamente aereati dalle correnti di certi freschi spruzzi acquei che fioriscono su dalle cannelle di lucido metallo per ricader nelle vasche. Gli scaffali son pieni di bottiglie multicolori tra cui fanno capolino ogni tanto le forme eleganti delle lampadine Edison. Dei grandi bricchi di matallo, pieni di caffè, di cioccolata, di *punch* e posati su dei fornelletti a gas, brontolano e gemono come opressi dall' onda del liquido bollente. Al banco stanno cinque o sei giovani vestiti di bianco che si muovono con febbrile nervosità, giungendo appena a soddisfare le esigenze di una folla sempre crescente. Le loro mani sono agitate di continuo dall' ansia del far presto: si posano un momento sulla cannella del bricco, afferrano un' altra tazzina già vuota, si volgono, con rapidità fulminea alla ricerca di un cucchiaino, precipitano il piccolo recipiente sporco nella vasca d' acqua gelida, avanzano le urnette dello zucchero, prendono i soldi e li strofinano per sentirne al tatto la possibile falsità; e poi ritornano di nuovo alla cannella del bricco, mentre gli occhi ora guardano il cliente in atto d'interrogazione, or si aggirano sulla folla quasi paurosi della perdita di un consumatore.

Il vapor d'acqua diffuso nella sala, l' affluenza del pubblico, l' odore di caffè e di alcool, il tin-

tinnio continuo dei cucchiaini e delle chicchere, formano una strana ed eccitante atmosfera di profumi, di calore, e di suoni.

Tempora mutantur.... Addio dunque, o ridicola signora dal curioso cappellino ricoperto di mammole, addio, vecchio e metodico marito dall' aureo *breloque* che nessuno è mai riuscito ad aprire ! !..

MINESTRA DI CARNE.

Procuratevi qualche scaloppina di vitella e dopo averla leggermente saleggiata, soffriggetela nel burro e quindi pestatela ben bene sul tagliere.

Incorporatela con due torli d' uovo, un cucchiaio di farina bianca e un po' di parmigiano: quindi formate delle piccolissime palline arrotondate nel cavo della mano e cospargetele di farina. Le terrete ad asciugare un paio d' ore e le farete cuocer per cinque o sei minuti nel brodo a bollore.

È una minestra delicata molto adatta ai convalescenti.

OVOLI SUI FERRI.

Si lavano diligentemente in modo da disperdere qualsiasi traccia di terriccio, si ricolma la loro cavità di prezzemolo, aglio, olio, sale e pepe e si pongono sulla gratella, a un fuoco moderatissimo.

Si mangiano caldi, con salsa di prezzemolo fresco. Questa specie di funghi non è pericolosa; quindi l' ho proposta senza esitare.

TORTINO DI TARTUFI.

Procuratevi dei buoni tartufi neri che sono i preferibili; puliteli diligentemente e tagliateli finissimi con la macchinetta.

Versateli quindi in una teglia e conditeli con poco sale, poco pepe e molto burro. Fateli soffrigger per un quarto d' ora e toglieteli dal fuoco. Scolate il burro se ce n' è troppo e ricoprite i tartufi di sottili fette di parmigiano.

Tornate a rimetter la teglia sul fuoco e quando i tartufi e il formaggio sgrilletano bene, versateci sopra le uova frullate.

Il tortino si serve nella medesima teglia ov' è stato cotto.

BRACIUOLE DI MAIALE COL VINO.

Bisogna procurarsi delle belle braciuole di maiale nell' arista: batterle, saleggiarle, impeparle e metterle in padella dopo avervi soffritto molto aglio e finocchio.

Non occorre nè burro, nè olio, poichè basta per farle cuocere la stessa untuosità della carne. Quando sono ben rosolate, vi si versa sopra un buon bicchiere di vecchio Chianti, si cuopre ermeticamente la padella, si fa ritirare il liquido e si serve.

PERE COL RHUM.

Si prendono delle belle pere di media grandezza e si sbucciano conservando il loro gambo. Si ricuoprono d' acqua e si condiscono di zucchero in proporzione di una cucchiaiata da minestra per ogni pera.

Quando son cotte ed hanno quasi del tutto ritirato il liquido, si rovesciano in un vassoio riscaldato: e si cospargono di zucchero bruciato nel rhum.

Molti le preferiscono gelate.

I desinari del popolino.

Il lastrico è tutto infocato; il cielo di un azzurro rabbioso, solcato appena da qualche volo di rondini; una pianticella che vedo di faccia a me sul tetto, è immobile, oppressa dall' arsura nella calma accidiosa dei suoi rami addormentati. Arrischiamoci a far capolino dalla persiana socchiusa. Un pover' uomo, grondante di sudore sotto il sole, gira il manubrio di un organetto ed alza il capo ogni tanto per vedere se c' è nessuno che gli butti un soldo. Ma non c' è pericolo. Sono le due ed è domenica. Il popolino desina.

Seguita dunque a cercare la « gelida manina » al lume della tua luna ideale, ed allontanati ancora, allontanati ancora! Non senti che odore iniquo di arrosto nelle mie belle strade fioren-

tine che un trecentista sognerebbe odorose di giaggiolo e impavesate di gonfaloni, oggi, nella vigilia del San Giovanni classico? Allontanati; così.... sento le note della canzoncina di moda che si perde sotto le persiane chiuse, sotto il cielo implacabile.... L' armonia sta per morire.

Allontanati, povero suonatore d' organetto: questo silenzio non è poesia; è digestione.

Ah, tu hai cambiato? Di lontano echeggia ancora il ritornello:

Arrapete, o' fenesta....
fammi affaccià Maria....

Alla larga!... La pensò un poeta in una dolce notte d' amore, sul palpito delle acque di Mergellina, di Sorrento e d' Amalfi e forse gli costò tutte le sue lacrime, tutti i suoi desideri. Forse un visino pallido di bimba riposava sulla sua spalla, e l' oggi adorato lo compensava a sufficienza del domani incerto.... Forse le stelle e lo « sciacquio » della risacca ridestavano in lui gli echi di un piccolo romanticismo d' un giorno che valeva tutto quello di Alessandro Manzoni. Ora, invece, organettaio, il romanticismo è fame, e l' edizione del ritornello è scorretta. Alle due dopo mezzogiorno, di festa, a Firenze, la musica è un azione in ribasso che comprano soltanto i poeti. Va' via nella tua miseria, organettaio, sotto il cielo così bello, e sotto il sole così ardente.... Il pianto è buono dopo vespro, quando il sole tramonta, le ragazze s' infioccano per la « girata » e i giovinotti in cestina sospi-

rano guardandole. Allora puoi raccattar qualche soldo: il cuore funziona bene tra l' ultima digestione e il primo appetito; ora no: sono le due, è festa, e il popolino desina!...

*
* *

Questi furono i sentimenti pieni di poesia e di maledizione ch' io nutrii nel mio spirito immaginoso una domenica d' estate in cui una buona famiglia del popolo volle invitarmi a desinare. Fin dalla mattina presto ero capitato in casa, e mentre la brava gente sfaccendava in cucina e intorno alla tavola di salotto, io spingevo il mio sguardo crudelmente in ogni angolo per veder di scoprire qualche cosa che si prestasse alle mie malvagie fantasticherie.

Io pensavo che il desinare della domenica è la conquista di tutta una settimana. Dal lunedì al sabato l' uomo adempie una funzione meccanica tanto che sparisce quasi totalmente in lui la coscienza delle cose esterne. L' alba lo sveglia col pensiero della futura fatica; la breve ora del mezzogiorno che gli è concessa quando non si impiega in lavori straordinarii, basta appena alla distensione dei muscoli e a calmare i morsi dello stomaco; il desinaruccio della sera è più un riposo dell' organismo che una soddisfazione del gusto. I soldarelli si accumulano per la domenica e la domenica si impiegano in un desinare spesso gargantuesco. Quelle due ore rappresentano lo sfogatoio fisiologico di un lungo periodo di continenza. — Siamo alla libera e-

spansione della ghiottoneria, allietata dal miraggio dell' ozio. La vista, il tatto, l' odorato, godono; gli occhi brillano di soddisfazione quando tra le mani crocchia la corteccia della pagnotta fresca, le narici si dilatano vivamente come quelle di un puledro in corsa, colpite dal profumo vaporoso del brodo o dei maccheroni. Si mangia, masticando piano il boccone, raccogliendo il sugo dagli angoli delle labbra, come per dare al palato un' impressione più durevole e più intensa. Non si riflette che lo stomaco di quel giorno è il solito degli altri, e di più non può contenere, anche perchè è abituato ormai da lungo tempo a contener di meno: si trangugia presto, festosamente, desiderando quasi un compenso anticipato ai giorni di là da venire.

Con molta vivacità di tinte, con garbata finezza di dialogo, con insuperabile umorismo di artista il « desinare » della domenica è stato descritto dal Fucini nella popolarissima « Scampagnata ». Ma lo scrittore toscano non s' è fermato (nè lo poteva in un quadro d' indole descrittiva) a studiare il significato doloroso di quelle piccole gozzoviglie che spariscono gradatamente nella borghesia agiata e non esistono più affatto nelle sfere alte della società. Quel bisogno acre di soddisfare il proprio istinto raffrenato per tanto tempo è uno spettacolo che fa male a chi lo consideri freddamente, senza subirne la facilissima suggestione. È la festa della cuccagna permessa ; le fette della carne, i fasci d' erba cotta, i quarti del pollame, le targhe del formaggio, i filoni del pane, i fiaschi del vino

spariscono o meglio *debbono* sparire con una velocità che ha quasi del prodigioso. E alle donne, alle disgraziate vittime di quei mariti, di quei figli, di quei generi quasi abbrutiti rimangono delle valanghe di piatti da rigovernare, bisunti di salse e di grasso, compito nauseabondo che toglie persino a quei pranzi il poco carattere estetico che potevano avere. La facile eccitazione del cibo e del vino muove il popolo a promesse e a speranze, a propositi che cadranno infallantemente dopo poche ore ma che formano la felicità del minuto. La parlantina provocata dalla lieve ebbrezza scuopre le più piccole particolarità di un carattere. Il sistema nervoso è in una vibrazione perenne ; l' eccitabilità morale è al *maximum* e se ne veggono i frutti in molte rumorose espansioni di riso e di pianto. Vecchi sentimenti dolorosi che sembravano assopiti nel fondo della coscienza risorgono; la lucidità della memoria si fa più viva, le vecchie liti si rinfocolano e divampano in quell' ambiente morale infiammato dal cibo e dal vino.

Non accade nel popolo quel mirabile fenomeno di sdoppiamento pel quale una persona d' ingegno, anche se colta dall'ubriachezza, analizza tutte le sue sensazioni fino a poterle dirigere e modificare secondo la sua volontà.

Il valore materiale che si dà al cibo e ai suoi piaceri è tanto più grande quanto più si scende nei gradini della società. La prospettiva di un desinare rappresenta per l' operaio quello che la udizione di un' opera o la vista di un quadro rappresenta per un artista o semplicemente per

un uomo di ingegno. Ed è tanto viva la sua soddisfazione che, per naturale istinto egli cerca di farla condividere agli altri adoperando gli stessi mezzi, senza riflettere neanche lontanamente, alla diversità dei caratteri, alla individualità del temperamento. La voluttà del sentirsi ben seduto, dinanzi a un piatto fumante, il piccolo piacere della pelle solleticata dal buon odore del tovagliolo pulito, quell' abbondanza di cibo, desiderata per tutta la settimana, vale per lui il preludio della *Traviata*, o il quintetto della *Lucia*.

*
* *

Quei desiderî di abbondanza che il popolo ha di tratto in tratto e di cui sente il bisogno prepotente, quell' ideale di grandezza un po' selvaggia, insito in ogni anima rozza, si è trasformato, nel nostro borghesismo industriale, in enormi scodelle di brodo rassegato e stellato nelle quali i più voraci della famiglia mettono ad inzuppare le fette del pane, in quelle mastodontiche stiappe di lesso, che l' amoroso sguardo della padrona curò fin dal momento in cui la carne troneggiava, rossa e muscolosa sul tavolino di cucina, in quegli arrosti omerici, meditati da qualche semestre e che opprimono nella loro maestà brutale gli stomachi più forti.

E se c' è qualche ragazzo un po' ghiotto in famiglia, bisogna vedere con che desiderosa cautela sbircia attraverso la fessura della porta, fino dalla mattina « la spesa voluminosa » che

occupa quasi tutto il tavolino di cucina. L' involto delle minestre, quelli del formaggio e del burro, i vassoi di bracioline e il grosso pollo irrigidito e pelato che ciondola il collo sanguinolento, il pezzo maestoso del « formaggio da tavola » che il desiderio infantile vagheggiò inutilmente, in quelle proporzioni, da mesi, e mesi, il misterioso involto della « chicca » o della « *pasta* » come si chiama in Toscana, il presentimento dei biscottini che lo zio, o il cugino o l' amico compiacenti, aggiungeranno per quel giorno alla straordinaria minuta, la speranza del « vino puro » così differente dall' antipatico acquerello roseo dei giorni di lavoro, sono tutti motivo di studio accuratissimo, di analisi minuziose e compiacenti per parte del bambino, il quale non vede l' ora che si avvicini il famoso pranzo ed è solamente turbato dall' idea che qualcuno lo debba « *regolare* ».

*
* *

Io, fra due convenzioni che da un certo punto di vista sono ugualmente ridicole, le quali imporrebbero o di mangiar poco seguendo i dettami dell' igiene e dell' « educazione » o di mangiar molto festeggiando in quel caso la solennità della domenica e la spontaneità dell' invito, ho sempre seguito la seconda, principalmente per far piacere a chi mi invitava.

E il popolo gode nella sua bontà di bambino, che i suoi invitati mangino. I maligni, i criticoni, le doppie faccie, i maldicenti si tro-

vano molto più spesso nel medio ceto. Ed in quei famigerati desinari del popolino a cui ho preso parte tante volte così volentieri come ho potuto studiare l' espressione di certi piccoli sentimenti e di certi tenui pensieri che spesso sfuggono all' analisi più minuziosa!

*
* *

Può una persona davvero intelligente e buona che per queste stesse virtù disprezzi tutti i rapporti fallaci e ridicoli della società normale, indurre coll' esempio, sotto la scusa del galateo e della compitezza alla generale falsificazione della coscienza? Può lo « *scienziato dello spirito* » che una famiglia di onesti popolani abbia invitato a desinare costringere gli anfitrioni ad un breve avvelenamento delle sue gioie più pure? Ed io mi ricordo d' avere accettato più di una volta la minestra, nei desinari del popolino, perchè sapevo che il ripetuto invito, quantunque volgaruccio, muoveva dal desiderio di farmi gustare un piacere del senso che *doveva* esser raro per me, com' era raro per gli ospiti; e lasciavo inconturbata la festività gioiosa degli amici che mi offrivano i migliori bocconi e mi riempivano il piatto quantunque non avessi più fame. Riflettevo malinconicamente che quelle orgie settimanali potrebbero evitarsi quando il popolo avesse mercedi più larghe e più abbondanti i mezzi di nutrizione. Ma a questo,... oh a questo pensano con misericordiosa avvedutezza i legislatori e i filantropi!...

Prosit.

ZUPPA ALLA MODENESE.

Lessate nell' acqua salata quella quantità di spinaci che credete adatta pel numero dei commensali; quindi scolateli, anzi strizzateli bene, tritateli e metteteli a prender sapore in una casseruola, con un bel pezzo di burro; poi lasciateli freddare e aggiungetevi due torli d' uovo e parmigiano in abbondanza. Versate questo composto nel brodo bollente e lasciate riposare un poco la pentola sull' angolo del fornello. Dopo pochi minuti il composto sarà leggermente coagulato; allora versate il tutto nella zuppiera ove avrete già disposto dei piccoli dadi di pane, fritti nel burro.

CROSTINI GRASSI.

Si tritano finamente sul tagliere quattro o cinque fegatini di pollo con un po' di milza, qualche pezzetto di prosciutto e si fa cuocere ogni cosa in una piccola teglia, con un battuto di cipolla e burro.

Quando il miscuglio è giunto a cottura si bagna con qualche goccia di marsala o di madera e si spalma su i crostini, che debbono essere stati precedentemente privati della crosta e bagnati nel brodo.

COSTOLETTE PARLAMENTARI.

Foderate di larghe fette di prosciutto delle costolette di vitella di latte; immergetele nel-

l' uovo, poi nel pangrattato e friggetele lentamente nel burro. Potrete servirle così semplici o ricoperte d' un battuto di funghi o di tartufi.

Altre *costolette*, dette alla marsigliese.

Si preparano avanti delle patate disfatte nel latte, dette comunemente e poco pulitamente « patate *machès* » poi si friggono le costolette come sopra. Si involtano quindi nelle patate, si torna a ricoprirle d' uovo e di pangrattato e si friggono.

È un piatto di molta figura.

MELE DOLCI COL RHUM.

Si sbucciano delle belle mele e si tagliano a spicchi.

Quindi si mettono in una casseruola nuova con zucchero sufficiente e ricoperte d' acqua. Si fanno bollire adagio adagio, finchè il liquido non siasi quasi del tutto ritirato. Poi si rovesciano in un vassoio fondo, si ricoprono di zucchero e di vecchio rhum e si servono bollenti.

È un eccelente dolce per convalescenti d' influenza.

Pranzi... alla carta.

Le rosticcerie, e per dirla un po' più alla toscana, le *file*, hanno giornalmente due *epoche ;* il mezzogiorno e la sera. Ma la singolarità dei tipi che vi passano, trascinati da quel benedetto amor

del boccone che — pare impossibile!... — è una delle leggi meno infirmabili della nostra povera umanità, va studiata e ammirata specialmente di sera.

In generale nelle rosticcerie non si tien pronto che del fritto e dell' arrosto: cioè i cibi più semplici, più nutrienti e più primitivi. Immaginatevi delle lunghe file di polli bell' e spennati che aspettano in vetrina il loro turno allo spiede, delle lunghe schidionate di uccelli che frollano l' inverno lungo i muri aspettando il compratore, un immenso triangolo di teglie di tegami, di tegamini e di ghiotte che campeggia sulle pareti imbiancate di calce, tre o quattro giovanotti rossi e sudati che rimestano nella padella e ungono i disgraziati volatili esposti all' ardore delle legna incandescenti, e l' ambiente è bell' è fatto.

Ah! mi dimenticavo la carta, la famosa carta che ha dato il titolo a questo capitoletto: un fascio di fogli stampati, usciti dalle tipografie o dai librai che non sanno che farsi di certa roba e la danno ai friggitori perchè c' involtino le sogliole e il roast-beef. È l' unico mezzo per dare un certo sapore alla prosa degli accademici e dei critici da strapazzo!... E quante tesi di laurea, quanti discorsi, quante conferenze ho letto su quella povera carta su cui s' addensò un tempo tanta speranza e tanta fatica! Quei grandi fogli lucidi usciti dalle stamperie senz'esser nemmeno piegati e le cui paginette di composizione hanno un' aspetto così umile, nel loro bizzarro fronteggiamento, sono così tristi! E debbono guardare

con tanta amarezza i grossi fogli di carta gialla, destinati a dare il primo abbraccio alla calda mercanzia che esce di padella o dallo spiede!...

*
* *

Io mi diverto un mondo a entrare nelle rosticcerie quando c' è molta gente e mi metto in coda appositamente per istudiare, con tutto il mio comodo, la fisonomia dei varî tipi che vanno a farvi acquisti.

C' è l' uomo terribile, il compratutto, che entra nella fila con le sopracciglia aggrottate, gira uno sguardo pieno di padronanza su tutti gli spiedi e su tutte le teglie, come per vedere se la roba basta e poi dice a voce bassa, con aria di mistero, accennando con l' indice un pezzo di carne fredda che una fitta moscaiola difende dalla ghiottoneria dei noiosissimi insetti:

— Mi dia trenta centesimi di quel rosbif!...

— *Trenta?* — domanda a voce alta il filaio, per fargli dispetto e arrotando la coltella a tutto spiano, come se fosse sul punto di squartare un bue.

L' uomo terribile guarda a stracciasacco il nemico, non risponde direttamente, e sbirciando un angolo del camino su cui s' ammucchiano poche frittelline di riso, esclama, con tuono che non ammette replica:

— Mi ci metta anche due sommommoli. (1)

---

(1) Nome che i fiorentini danno alle frittelline di riso.

Poi se ne va, con la solita aria grandiosa persuaso che Lucullo, a petto a lui, non era che un miserabile.

*
* *

Un altro tipo, pietosissimo, è la donnina povera, che viene a comprar la roba coi quattrini bell' è contati. Chiede venti centesimi di carne, e siccome il filaio, nella sua crudeltà inconsapevole, risponde che a quel prezzo la carne non si dà, (e ferma la coltella sul blocco arrostito della vitella succosa che diffonde l' odore e il vapore nell' aria circostante) la povera donnina inghiotte la saliva e dice accennando un colafritto su cui stanno a sgrondare dall' olio alcuni pesciolini d' Arno:

— Allora mi dia venti di fritto, *misto*.

Il *misto*, nel concetto del filaio, corrisponde a qualche patata, a due o tre pezzettini di cardo, e a una gran manciata di sale, che scroscia sul foglio giallo come una pioggia di rena. Va via anche la donnina, a capo basso, stringendo fra le mani il fagottino giallo, ghiaccio come il marmo, ed entra il burlone.

*
* *

Il burlone comincia col chiedere un pollo, e e siccome il filaio nella sua calma antipatica di svizzero si accinge a rinvoltarglielo prima di avergliene detto il prezzo, il burlone comincia la commedia:

— L' aspetti, l' aspetti!... quanto la me la fa, codesta bestia?

— Mi darà due franchi e venti.... — risponde il filaio, allargando l' *e*, tranquillo, imperturbato, inaccessibile allo scoppiettio dello spirito fiorentino.

— Ma che gli pare! La smetta la burletta! O la un vede, che son tutt' ossi? Se un ci si mangia nulla!... Io più di un franco e quaranta un ci metto davvero....

Il filaio senza rispondere, prende il pollo e lo riporta sul cammino.

— Ohe! l' aspetti! dove la va? — grida il burlone — Guardiamo se ci s' accomoda!...

Il filaio ritorna, portando un pollo tanto piccolo che anche un piccione lo ripudierebbe come cugino.

— Questo, un franco e quaranta....

— La lo dice lei, ma un glie li do mica io.... La sappia che in mercato stamani, ne davan due per una lira.... Eppoi, si, con l' appetito che c' è in casa mia, basterebbe a dimolti codesto piccione!... Via, via ho furia, sor Guglielmo; la mia dia ottanta di fritto, e fatto bene!...

Il filaio mette il fritto sulla bilancia e pesa. Il burlone ricomincia a gridare:

— Ma che ha proprio voglia di fare il chiasso, oggi, sor Guglielmo! La ci metta altre due triglie, e poi — quel che manca a fare il peso, — tutte zucchettine!....

— È già una tacca di più! — risponde l'impassibile filaio — È ottanta, abbondante, anche....

— Ma che tacche! che si pesa più a tacche,

oggi giorno? Eppoi la un vede che c' è il foglio giallo che pesa mezza libbra soltanto quello? Via, la ci metta qualche altra cosina!....

Il filaio, commosso, prende una patata, la mette nel foglio e dà una spinta alla bilancia che precipita tutta da una parte, come se ci fosse sopra uno storione. Poi rinvolta il fritto con molta fretta, perchè le esigenze del cliente si calmino. Ma il cliente, per vendicarsi, prima prende il fagotto, e poi mette sul banco sessanta centesimi.

— Ottanta, — dice lo svizzero, a muso duro.

— A rivederla, sor Guglielmo. La mi ci doveva mettere un paio di triglie.

— Ottan.... — ripete il filaio; ma inutilmente: il burlone ha già infilato l' uscio. Ripassa di lì a dieci minuti, sul marciapiede opposto e fa servo con la mano in atto di saluto o di canzonatura. Poi si allontana a passo lesto, e quando arriva nelle vicinanze di casa mostra il fagotto alla moglie che lo aspetta alla finestra, e grida alla figliola maggiore.

— Buttalo, il riso, Enrichetta, il babbo gli è alla cantonata!...

*
* *

Non è punto raro il caso che qualche signore, *di quelli veri*, venga a fare acquisti alla fila. Il filaio lo annusa subito, come un bracco annusa la quaglia, e si affretta a portare al banco i migliori bocconi. Il popolino fa largo, guardando i rotoli di carne con ghiottoneria; e si dispone ad assistere allo spettacolo.

Il filaio affetta, affetta, affetta, e il signore rimane tranquillo, con la placida soddisfazione di chi sa d' avere in tasca tanto da pagar tutta la bottega.

I vicini cominciano a stupirsi di quell' abbondanza; ma il cliente non si scuote, ed ordina due polli. I polli vengono involtati con cura meticolosa e disposti accanto all' altro fagotto. È ora la volta della caccia che il signore accenna col dito, con molta calma. Piovono sulla carta i tordi, i crostini, i fegatelli, le salsiccie. Gli occhi dei vicini si fissano, prendono delle lucidità metalliche, da ipnotizzati.

Il terzo involto, prende posto accanto agli altri due. Il prezzo è dieci lire. Il filaio rende il resto, con garbo flessuoso, piegando il capo, la schiena, l' anima, dinanzi a quell' uomo che spende tanto. Il signore esce, a passo lento, e tutti gli guardano dietro, stupiti, quasi pensierosi, come mossi da una speranza, o indoloriti da un sogno.

*
* *

Ecco il ragazzo, piccolo, sudicio, un po' stracciato. Butta prima i soldi sul banco, poi ordina, rizzandosi sulla punta dei piedi per vedere se il filaio lo serve bene. Ma il filaio ci bada appena; mette nella carta ciò che gli capita sotto mano, non tenendo in nessun conto l' importanza del compratore. Il ragazzo non ha bene fino a che non ha levato di sulla stadera un pesciolino o una patata, mangiandosela in barba, quasi di

nascosto, mentre il filaio è voltato, con la segreta compiacenza del piccolo ladro.

Prende l' involtino e se ne va a piccoli passi contento di quel pranzetto di nuovo genere, da dividere coi suoi compagni di monelleria.

Ma prima di arrivare allo svolto della strada ha già riaperto il fagottino almeno tre volte... (1)

MINESTRINA DI PATATE.

Prendete delle patate che farete seccare per dieci minuti sotto la cenere. Quando sono fredde grattatele sulla grattugia come fareste del parmigiano: e gettate questa fecola granellosa nel brodo a bollore, dove la farete cuocere per un' altra diecina di minuti.

Prima di servirla, vi scioglierete dentro due rossi d' uovo e del parmigiano. È eccellente.

SCALOPPE COL MARSALA.

Si taglino delle fette di vitella di latte s' infarinino e si dispongano in un tegame ben saleggiate, leggermente impepate, con un bel pezzo di burro, lasciandole colorire da ogni parte; poi si inumidiscano con del buon marsala, rivoltandole spesso, fino a che abbiano assorbito il vino.

Vi si aggiunga poi un mezzo bicchiere d' acqua tepida, facendo bollire fin che l' intingolo sia quasi prosciugato. È preferibile il brodo, ma sempre non si può aver pronto.

(1) Questo smagliante capitoletto, come i due precedenti: *Caffé e latte* e i *Desinari del popolino* sono dovuti alla penna di Manfredo Baccini.

PETTI DI POLLO ALLA PARIGINA.

Si battono bene perchè divengano sempre più teneri, s' intridono nell' uovo sbattuto, s' infarinano e si friggono nel burro.

Appena fritti, si ricoprono con una salsa bianca (fatta con burro, farina e agro di limone) e si servono bollenti.

CREMA RICOSTITUENTE.

Sciogliere in un vasetto pulitissimo due rossi d' uovo, un paio di bicchierini di vecchio marsala e una cucchiaiata da minestra di zucchero polverizzato. Bene amalgamare il tutto, metterlo sopra un bel fochetto chiaro e agitar continuamente. Quando la crema sale all' orlo del vaso, rovesciarla prontamente nella tazza e servirla, calda e fragrante.

Il piatto di Natale.

Da noi, in Toscana, il piatto tradizionale è il cappone e si mangia per lo più, lesso. Nel suo brodo si cuociono ordinariamente i taglierini con l' uovo, o i tortellini di Bologna.

In altri paesi, come in Piemonte e in Lombardia il giorno di Ceppo si mangia il tacchino. In Francia è comunissima l' oca. Diciamone due parole. Sono così comuni le biografie delle... persone d' ingegno !...

L' ingiustizia umana ha fatto di questa bestia incompresa un simbolo di stupidità. Invece l' oca è una bestiola avveduta, prudente e piena di accortezza. Humbold parla di un' oca che tutte le domeniche conduceva una ragazzina cieca alla messa, e poi la riconduceva a casa.

Il filosofo Mulsacher aveva un' oca-prodigio che gli stava dietro quando andava a passeggiare, dormiva ai suoi piedi, e la mattina lo svegliava starnazzando le ali.

Federico Mistral, l' illustre autore di *Mireio*, possedeva un' oca che condivideva col padrone lo studio; ma siccome lo sgraziato volatile non mostrava di rispettare abbastanza la pulizia, così il cane di casa, Medoro, un bel giorno le torse il collo.

L' oca è stata cantata da tutti i poeti dell' antichità, e ha fatto le delizie dei Greci e dei Romani. Nei tempi di Carlomagno era un piatto comunissimo, e la sua fama si mantenne gloriosa nel corso dei secoli, finchè il tacchino, arrivando improvvisamente dall' America detronizzò la goffa rivale.

Nei paesi del nord mangiano l' oca nei giorni di Natale, e la riempiono per lo più di marroni: ma da noi in Italia preferiamo i polli che sono più succolenti ed hanno la carne più delicata.

Squisitissimo è il fegato d' oca; è un piatto di gran lusso, che figura nei pranzi molto eleganti...

MINESTRA ALLA CACCIATORA.

Si trita fine fine sul tagliere del prosciutto magro con una grossa cipolla, quindi si mette in una casseruola a soffriggere con un bel pezzo di burro: quando la cipolla ha preso il color nocciuola, si versa un bicchiere o due di brodo (o anche d' acqua tepida) nella casseruola e, ottenuto il bollore, si mettono le paste o anche il riso.

La minestra deve cuocere lentamente, aiutata via via (e non tutto in una volta, come fanno molte cuoche frettolose) da piccole quantità di brodo o d' acqua dove sia stato sciolto un po' di pomodoro.

Quando la pasta o il riso sono cotti, si condisce con cacio parmigiano grattugiato, con burro e si versa nella zuppiera.

CROSTINI... PATRIOTTICI.

Prendete due *chifel* e tagliateli a rotelline grosse un centimetro, che friggerete, dopo averle intrise d' uovo, nel burro o nell' olio. Prendete degli spinaci tirati col sugo, o col burro e parmigiano, tritati fini e coprite le fette del chifel con uno strato dei medesimi. Prendete due uova sode, sbucciatele, tagliatele a metà per traverso e mettete da parte i torli.

Del bianco tagliate tanti cerchietti concentrici e poneteli sopra lo strato degli spinaci. Del torlo fatene pezzetti o dadi grossetti e poneteli in mezzo ai cerchietti del bianco.

Così formerete dei crostini tricolori che potranno far buona figura in un banchetto politico.. e anche non politico.

POLPETTINE DI POLLO.

Si pesta bene bene il pollo con la mezza luna e si mescola con due torli d' uovo e poco sale. Poi si fa struggere separatamente al fuoco un bel pezzo di burro e quando comincia a colorirsi, vi s' incorpora un po' di farina bianca sciolta nel latte.

Si ritira questa polentina tenera dal fuoco e si amalgama col pollo battuto.

Quando il composto è freddo, se ne fanno tanti piccoli bastoni della grossezza di un pollice, s' involgono nell' uovo sbattuto, si ricoprono di pan grattato finissimo e si friggono nell' olio o nel burro bollente.

Si servono con un contorno di spinaci o di carote cotte nel brodo e sfritte nel burro; (i francesi dicono *sautèes*).

PAN DOLCE.

Tagliate il pane raffermo a fette sottili, liberate dalla crosta. Inzuppatele nel latte inzuccherato e assaporato con qualche goccia di cognac o di rosolio d'arancia. Intridete le fette del pane (a cui avrete dato una forma elegante) nell' uovo sbattuto: fatele friggere e servitele caldissime, cosparse di zucchero alla vainiglia stacciata.

Come si apparecchiava una volta....

I.

I piatti e le forchette vennero in uso in tempi non troppo lontani dai nostri. I piatti specialmente erano ancora cosa rara nel secolo decimoquinto.

In quanto alle forchette, esse furono introdotte verso il 1600 e il loro uso non si generalizzò che verso il secolo XVIII.

Nel medio evo, la forchetta a due denti o forchettina era un oggetto di lusso. Giovanna di Evreux, ne possedeva una e Carlo V nove. Il suo successore non ne aveva che tre.

Per riunire i convitati si dava fiato al corno ed era questo privilegio concesso solamente ai gentiluomini.

Padroni e servitori avevano per abitudine rigorosa di lavarsi le mani prima e dopo ogni pasto. E se l' acqua veniva a mancare, non esitavano a supplirvi col vino. Le vivande, invece di esser servite come oggidì, separatamente, erano riunite in una sola, alla quale si dava il nome di *mets*. Gli arrosti, sovrapposti l' uno all' altro, costituivano un *mets* le cui salse svariatissime erano servite a parte.

Gli americani del Nord procedono ancora così : essi ammassano nel loro piatto tutto quanto è a loro portata. Le vivande solide erano presentate su dei *taglieri*, consistenti in grossissime fette di pan bigio, tagliate tonde, che finivano

poi coll' esser mangiate dopo di essere state impregnate delle differenti salse.

Gli alimenti liquidi, le verdure mangiate per prime venivano servite in piccole scodelle, a meno che ogni convitato, alla sua volta e secondo il suo grado, non pescasse nel vassoio col proprio cucchiaio.

Jadis le potage on mangeait
Dans le plat, sans cèrimonie,
Et sa cuillier on essuyait
Souvent sur la poule bouillie.

Re e principi, borghesi ed operai, tutti cacciavano la mano nel piatto e mangiavano con le dita. Le persone ben educate, e ce ne sono state sempre, però non adopravano che tre sole dita. Due o tre coltelli bastavano per tutta una tavola, perchè ognuno toglieva a prestito quello del vicino.

Sul principiar del secolo anzi, in certe provincie e nei pranzi più sontuosi, si pregava la più bella fra le invitate a voler rivoltar l' insalata « con le sue belle e bianche mani ». Nè la dama poteva rifiutare un tanto onore!

Questi particolari spiegano la cura con la quale gl' invitati si lavavano le mani subito dopo aver mangiato. Aggiungiamo che in tutto l' Oriente si mangia ancora oggidì « con la forchetta del padre Adamo ».

Luigi XIV è l' ultimo sovrano francese che abbia mangiato con le dita... Però, non era permesso leccarsele... Cosicchè e molto necessaria-

mente durante il pasto venivano mutati i tovaglioli... e le tovaglie venivano del pari messe a contribuzione delle dita... nell' imbarazzo!

Che bella strada abbiamo percorso da quei tempi ad oggi!

CANNELLONI RIPIENI.

Si comincia dal cuocere un bel pezzetto di carne a cui non sarà male aggiungere qualche fegatino di pollo e l'odore (meglio il sapore) di un po' di tartufo. Si batterà quindi minutamente come quando si fanno le polpette e al composto si aggiungeranno due uova e un buon pizzico di parmigiano.

Compiuto ciò, si procederà alla *scottatura* (non completa cottura) dei cannelloni. Si tolgono quindi dal fuoco, si sgrondano e si dispongono, bene stesi, sopra un largo piatto. Quindi con un piccolissimo cucchiaino di argento o di bossolo, si riempiono, a uno per volta, del composto accennato di sopra.

Avanti, avremo avuto cura di frullar bene una chiara d' uovo a cui si sarà aggiunto un pizzicotto di farina per renderla più collosa. Prenderemo quindi un pennello, lo inzupperemo in questa miscela e chiuderemo i due fori d' ogni cannellone acciocchè il ripieno non esca.

Naturalmente, avremo conservato il sugo dove è stata cotta la carne. Noi rovesceremo questo sugo in un recipiente piuttosto largo, vi riporremo i cannelloni ripieni e li lasceremo giungere a cottura, agitandoli delicamente perchè

non si attacchino, e bagnandoli se occorre, con altro sugo o brodo.

Prima di portarli in tavola caldissimi, si condiscono con parmigiano, burro e, se si vuole, con un battuto di tartufi. Questi ultimi non sono indispensabili. É una minestra alquanto pesante ma squisita.

COSTOLETTE DI LATTE ALLA FIORENTINA.

S'imburrano riccamente dalle due parti le costolette e si foderano con larghe fette di prosciutto grasso e magro, più magro che grasso: si condiscono con pochissimo sale, pepe e spezie e si distendono nella teglia. Si cuoprono ermeticamente e si lasciano bollire per un ora circa a un fuoco dolcissimo.

Intanto si prepara un finissimo battuto di capperi e acciughe, si fa sfrigger nel burro per cinque minuti e si rovescia sulle costolette prima di servirle in tavola.

POLPETTINE COL MARSALA.

Utilizzate i resti di carne e di pollo, battendoli finamente sul tagliere e incorporandoli con un paio di fegatini di pollo, qualche tartufo o fungo, il tutto ben tritato. Aggiungete due rossi d'uovo, poco parmigiano e un bicchierino di marsala. Con questo composto bene amalgamato fate delle crochette che friggerete nell'olio o nel burro. Sono gustosissime.

MELE ALLA BUONA DONNA.

Si prendono cinque o sei mele, si tagliano a spicchi, si mondano e si tolgono loro i semi. Si fanno quindi bollire in un mezzo litro d'acqua molto inzuccherata. Quando l' acqua è ridotta a un quinto e anche a meno, si tolgono le mele dal fuoco, si scodellano nella fruttaiuola e si torna a inzuccherarle nuovamente versando dalle cinque alle sei cucchiaiate di vecchio rhum. Si fanno gelare e si servono.

Come si apparecchiava una volta.

II.

Le boccie e le bottiglie non apparvero in tavola che nel 1760; fino a quell' epoca esse figuravano sui *buffets*, di dove i servitori le toglievano spesso perchè i nostri padri trincavano valorosamente — per mescere da bere nel bicchiere o coppa che passava poi di mano in mano e non senza un certo cerimoniale.

E per questi brindisi alla salute di Tizio o di Caio, si vuotavano talvolta tanti bicchieri quante erano le lettere che componevano il nome della persona a cui si rendeva omaggio....

D' inverno specialmente le bevande erano servite tiepide.

L' espressione « venti coperti, trenta coperti » viene dal fatto che i piatti erano serviti coper-

ti. Prima di offrire una vivanda ai convitati, la si scopriva, ed il servitore, per assicurarsi che non era avvelenata, l' assaggiava, sia assaporandola, sia toccandola con uno dei numerosi oggetti riguardati allora come preservativi infallibili: lingue di serpenti, corni, scarabei ecc.

E come pel *Benedicite*, era il cappellano o un giovinetto che diceva « le Grazie ». Poi dopo di essersi di bel nuovo lavate le mani in una brocca contenente acque aromatizzate, i convitati si avvicinavano al capo della famiglia e gli facevano la riverenza » stringendogli le mani e dicendogli: *Buon pro vi faccia!* formula ancora usata, in certi casi, in Germania.

TAGLIOLINI ALLA BOLOGNESE.

Tirate la sfoglia e tagliatela alla larghezza del vostro dito mignolo.

Preparate un bel battuto di carne magra, prosciutto, burro, sale e pepe: fate cuocere e condite con esso, facendo le necessarie aggiunte di burro e parmigiano grattugiato, le vostre taglioline. Riusciranno squisite se le servirete coperte di tartufi e fegatini di pollo.

CROSTINI DI CAVIALE.

Togliete la crosta a un filoncino di pan bianco e fate tante fettine che spalmerete di burro e ricoprirete di caviale.

Questi crostini, molto appetitosi si servono con un contorno di funghi o di tartufi sott' olio.

VITELLA ARROSTO ALLA CACCIATORA.

Procuratevi un bel taglio di vitella di latte, bianca e tenera.

Tagliatela a piccoli pezzi che lardellerete con prosciutto grasso e magro, sale, pepe e una ciocchettina di salvia. Infilate nello spiede questi pezzi, divisi, l' uno dall' altro, da una salsiccia e un crostino.

Fate cuocere a fuoco lento, per un' ora circa, date una stretta finale e servitela con dell' insalata cruda, condita con olio, aceto, uova sode e capperi.

BUDINO DI PATATE.

Dopo avere schiacciato delle patate gialle, di buona qualità, mettetele in una casseruola con un bel pezzo di burro, un po' di sale, un bicchier di panna e zucchero: mescolate bene tutto, lasciate freddare e incorporate sei uova con qualche cucchiaiata d' acqua di fiori d' arancio; continuate a lavorar la pasta perchè il miscuglio si operi bene.

Poi, imburrate uno stampo o un' altra casseruola, ricopritene le pareti con pan grattato finissimo e versatevi dentro le patate: mettetele a cuocere con fuoco moderatissimo sopra e sotto e quando la crosta ha preso un bel color d' oro, rovesciate il budino in un vassoio e servitelo caldo. È molto buono e costa poco.

Come si apparecchiava una volta.

III.

I menus del tempo di Giorgio della Trémouille erano carichi di arrosti, di pesci e di patés.

I piatti di *dessert* erano rari, i frutti ed i legumi vi facevano completamente difetto.

Le cene si prolungavano spesso tardissimo nella notte. Fino dal secolo decimoquinto si traduceva in atto, senza conoscerla, la massima gentile di madame de Tianges: « A tavola non s' invecchia. »

I servi erano tenuti severamente — ed è per questo che in allora si mantenevano servi sottomessi, obbedienti e rispettosi. Essi mangiavano dopo i padroni e non ricevevano che un piatto, ma copioso.

Insomma il vecchio dettato francese

Lever à cinq, diner à neuf
Souper a cinq, coucher a neuf,
Font vivre jusqu' au novante neuf

dà un' idea dell' impiego del tempo a quell' epoca, ancorchè l' ora di ritirarsi venisse volentieri protratta.

I pretesti non mancavano e, d' altra parte, la cosa non aveva importanza, poichè a tavola non s' invecchia!

V. Maubry.

SPAGHETTI COL PROSCIUTTO.

Preparare un buon soffritto (nel burro o nel l' olio) composto di prosciutto magro tagliato fi namente, e di acciughe.

Quindi lessar gli spaghetti in acqua abbon dante, scolarli bene e condirli con questo soffrit to, a cui si può aggiungere una buona quantità di formaggio romano piccante, grattugiato.

PESCE A TAGLIO ALLA MARSIGLIESE.

Ci si procura un grosso nasello, una razza del palombo. Si taglia a rotelle, si sala diligen temente, s' infarina, s' immerge nell' uovo e s frigge nell' olio, in padella.

Intanto si deve aver preparato un buon sof fritto di prezzemolo, aglio e pomodoro.

In questa salsa ben calda si dispongono l rotelle del pesce fritto e si servono calde.

POLLO ALLA ROMANA CON CONTORNO DI CAVOLO

Fate sfriggere nel burro del prosciutto grass e magro: aggiungete quindi un paio di cipoll tagliate a fette, colorite con salsa di pomodoro mettete a cuocere il pollo, ben pulito e salat internamente e al di fuori. Avrete cura di rivo tarlo continuamente. Quando è a cottura, ritir telo dalla salsa, e mettete in quella del cav

fiore crudo, tagliato a piccoli pezzi. Inumidite appena, ove occorra, con qualche goccia di brodo.

Sul momento di servire, mettete sul cavolo il pollo affinchè si scaldi, aggiungete del burro e portate in tavola.

Il vino.

Sia benedetto il vino! Sia benedetta la magica bevanda, nella quale sonnecchiano i raggi del sole: la fonte d' ogni salute e di ogni gioia, che dissipa i dolori, allontana le lacrime, richiama sulle labbra l' antico sorriso, riaccende di nuovi entusiasmi l' anima assopita dall' amarezza e dal dolore!

*
* *

Questa la poesia. Veniamo ora alla prosa. C' è vino e vino. Quello autentico dovrebbe essere il prodotto della distillazione dell' uva.... ma è così raro il trovarlo! Spesso spesso, sfugge persino all' analisi chimica, il che è tutto dire!

Ma noi parliamo in queste brevi paginette del vino autentico, immune da qualunque odiosa contraffazione.

Il vino è un tonico potente, che, bevuto con moderazione durante i pasti, sostiene le forze del corpo e comunica a tutti i nostri organi una grande energia: Almeno così dicono alcuni; ma non manca chi affermi che preferibile al vino è

l' acqua, la sanatrice e la purificatrice per eccellenza. Il compianto Kneipp guariva con l' acqua tutti i mali, compresi la tubercolosi e il colèra. Almeno così raccontano.

Chi preferisce di avere un' opinione propria e di tenere quella via di mezzo celebrata con tanta pompa dai filosofi di tutte le età.... sa che cosa deve fare: beva del vino annacquato.

Il vino non ha una benefica influenza soltanto sull' organismo; ma anche sul carattere delle persone.

Vinum bonum laetificat cor hominis

dice la Bibbia, e bisogna crederci.

Del resto è proprio vero che un bicchier di vin buono, bevuto a tempo aiuta a scacciare i cattivi pensieri, e la malinconia.

Tutto sta nel sapersi moderare.

Anche i canini pomers (dico così per non ricorrer sempre ai boccali di Montelupo) sanno che l' abuso del vino genera l' ubriachezza, e un' infinità di mali grossi e piccini, come l' apoplessia, la paralisi, l' obesità, l'eccitazione nervosa e chi più n' ha e più ne metta. Ma è anche vero il contrario, cioè che tutte queste terribili infermità affliggono anche chi non beve vino. A questo proposito mi viene in mente un grazioso aneddoto:

Tizio, che non fumava, domandava un giorno ad un suo amico fumatore:

— Ma quanti denari consumi in sigari?

— Mah! non saprei! cinquanta o sessanta centesimi il giorno!

— Mio Dio! Sai che a quest' ora avresti potuto comprarti una villa, coi quattrini sprecati in vent' anni?

E l' altro a bruciapelo.

— E tu, fumi?

— No davvero!

— Ebbene, allora fammi vedere la villa che hai potuto comprare risparmiando sessanta centesimi al giorno...

ZUPPA COI PISELLI.

Si mette al fuoco la quantità necessaria di piselli (mezzo chilogrammo ogni sei persone) condendola con burro, cipollina tritata, prezzemolo, sale, pepe e due bicchieri d' acqua. Si fa cuocer lentamente e quando sono a punto si rovesciano su dei crostini di pane fritti precedentemente nel burro. Se la zuppa rimanesse troppo asciutta si allunghi con brodo o con pomodoro colato in cui si sia strutto un buon pezzo di burro.

FORMAGGELLE ALLA PIEMONTESE

Si tengono immerse nel latte per la durata di un'ora delle fette di gruyère o di parmigiano; si mettono a sfriggere per qualche secondo in una teglia, con un po' di burro e si sala leggermente. Si frullano tante uova quanti sono i convitati, si rovesciano nella teglia e quando sono rapprese si servono.

CARCIOFI RITTI.

Sfogliate i carciofi dalle foglie più dure, quindi lavateli e fateli bene sgrondare; dopo li aprirete, foglia per foglia come fareste di un fiore e li riempirete con un composto, formato dagli stessi gambi del carciofo, battuti finamente, con del prosciutto, prezzemolo e aglio. Li disporrete ritti in una teglia, conditi con olio di oliva, sale e pepe e li farete cuocere tra due fuochi. Volendo, si riempiono anche di carne o di tonno, ma i veri carciofi ritti, (chiamati anche alla giudìa) son fatti così.

CILIEGIE ALLA MADRILENA.

Si tagliano due terzi di gambo a delle belle, grosse e dure ciliegie, si lavano diligentemente nel vino e si mettono a bollire in un vaso nuovo, ricoperto di vino a piacere, preferibilmente rosso. Per ogni cinquanta grammi di ciliegie occorrono: una cucchiaiata da minestra ricolma di zucchero e due chiodi di garofano.

Quando le ciliegie son cotte ed hanno ritirato quasi due terzi del liquido si aggraziano con zucchero alla vainiglia, qualche goccia di cognac e si servono gelate.

Un desinare chinese.

Stando a quel che raccontano i viaggiatori, pare che in China si mangi parecchio maluccio.

Un invitato europeo vi si troverebbe a disagio; ed è perfettamente naturale. Dopo avere inventato la bussola, i celestiali cercano tutti i mezzi per farla perdere agli altri.

In China, i pranzi sono lunghissimi; si racconta che in un banchetto diplomatico i convitati stessero a tavola più di dodici ore, mangiando sempre. Si crede però che qualcuno andasse incontro ad una breve indigestione.

Nel 1861 il dottor Veron offrì, a Parigi, ai suoi amici un desinare chinese. Il « piatto forte » consisteva in un magnifico cane, fritto nell' olio di ricino. A quanto pare i chinesi sono *pratici* e per evitare gli imbarazzi di stomaco, provvedono *anticipatamente* al benessere dell' organismo con certe misure igieniche che per il solito le persone troppo voraci prendono dopo ventiquattr' ore del pasto.

In China si mangiano le uova sode molto cotte, anzi tanto cotte.... da non potersi quasi mangiare. Le uova sode, allo stato naturale dovrebbero esser bianche; nel paese di Confucio vengono in tavola soltanto quando son nere; e prendono il nome di uova alla « *Muraglia.* »

È una prova di patriottismo, anche quella. In alcune provincie si servono di queste uova sode come di proiettili in caso di guerra, e le vittime sono innumerevoli.

Un altro piatto... nazionale sono i nidi di rondini. È una specie di zuppa nauseabonda, grassa ed unta, nella quale anche l' occhio più esercitato non iscorge nè un nido, nè una rondine. Il suo sapore è detestabile.

Anche i ragazzi sanno che i chinesi mangiano molto riso — e che lo mangiano con certi speciali bastoncini di avorio che sostituiscono i nostri cucchiai.

Ebbene; io invitai un Chinese a pranzo, molto addolorato che i nostri desinari cotti e serviti naturalmente all' Europa, non gli concedessero nemmeno di levarsi la fame. Ebbene! ci credereste? Il degno celestiale adoperò benissimo il cucchiaio, la forchetta e il coltello, e si mangiò col più grande appetito i maccheroni alla napoletana, i filetti alla parigina e l' insalata giapponese. Il suo stomaco non aveva patria!...

Incuriosito gli domandai, allora se fosse vero che i chinesi non riescissero a gustare i nostri cibi, e ad assuefarsi ai nostri usi e l' elegante Pechinese mi rispose sorridendo :

— Voi sapete che il nostro popolo ha il merito della più grande invenzione....

— Certo!...

— Ebbene; potete star sicuro che, è un' invenzione anche questa!

MINESTRA SUI FAGIUOLI PASSATI.

Fate cuocer bene i fagiuoli, bianchi, rossi o brizzolati.

Poi sfriggete nell' olio, in una casseruola, un bel cavolo, della cipolla, erbe aromatiche, sale e pepe e inumidite con conserva allungata e con brodo di fagiuoli. Quando il cavolo è cotto, ritiratelo dal fuoco e passateci sopra i fagiuoli a traverso il colino o lo staccio. Allungate con la broda ove sono stati cotti i medesimi e fate bollire. Potete cuocervi riso o paste a piacere.

IL LESSO.

Nulla di più insipido del lesso, quando è cotto imperfettamente ed è in piccola quantità. I macellari non danno mai un taglio sodisfacente.

Quando si può avere un bel taglio nella parte del bove che più piace, si mette al fuoco con acqua fredda, leggermente salata e resa aromatica da un mazzetto di erbe odorose quali il prezzemolo, il sedano, il basilico, una carota e una cipolla.

Tre ore di ebollizione lenta ma continua servono per ottenere un buon lesso che si serve tagliato a fette, con un contorno a piacere, di patate sfatte nel burro o con del prezzemolo o con qualunque altro erbaggio della stagione.

SALSA FREDDA PER LESSO, PATATE, FAGIUOLI, ZUCCHINI, ECC.

Batter minutamente sul tagliere delle cipolle, delle acciughe e dei capperi: mischiare e condire il composto con olio, sale, pepe, e aceto.

PATATE RIPIENE.

Si prendono delle patate di media grossezza e si vuotano con un ferrettino a punta, avvertendo che le pareti del farinaceo non si assottiglino troppo e che il foro praticato sia piccolo.

Si tiene preparato un battuto composto di carne, prosciutto, uova e formaggio e si riempie con questo la cavità della patata. Il piccolo foro dev' esser chiuso con della farina bianca stemperata nel chiaro d' ovo. Così preparate, le patate si fanno arrostire dolcemente fra due fuochi nel burro liquefatto. Quando hanno preso un bel colore dorato si ricoprono di una salsa a piacere e si servono calde.

MELE CON GLI AMARETTI.

Si prendono sei o dodici mele sane e mature, si sbucciano e si vuotano con un coltello a punta. Questo foro si riempie con degli amaretti pestati e con una pallottolina di burro *fresco*; sottolineo la parola fresco, perchè se sapesse anche leggermente di rancido, il piatto sarebbe

rovinato. Così accomodate, le mele si cuoprono di zucchero in polvere e si dispongono in una teglia, unta anch' essa di burro, e dove si sieno versate almeno cinque o sei cucchiaiate d' acqua.

Quindi si mettono sopra un fuoco lento e sempre eguale.

Quando le mele sono cotte si rovesciano in un vassoio e si tornano a coprire di zucchero in polvere e di alkermes. Molti, all' alkermes, preferiscono il *cognac*.

La cipolla.

Non è egiziana, come molti credono, ma araba; e la sua popolarità sì onestamente guadagnata, risale ai tempi più remoti.

La Regina di Saba manda delle prodigiose cipolle a Salomone, e gli Ebrei.... (tutte le ragazzine che hanno sul cuore la loro brava storia sacra se ne ricordano!) gl' ingrati Ebrei a cui ridevano i promessi vigneti e le ricche mèssi di Canaan, rimpiangevano i porri e le cipolle lasciati nella terra dei Faraoni!

Ohimè! Per molta gente materiale val più una zuppa bell' e scodellata che l' ambrosia degli Dei allo stato di promessa.

Via, care signorine, non arricciate il nasino se v' invito a fare un po' di festa alla cipolla: nella primavera è argento, durante il verno è porpora. La sua buccia delicata ha riflessi serici: e se facciamo tanto d' affettarla, la sua

polpa bianca, rosea e freschissima forma cento graziose mezzelune. Nulla di più elegante del suo stelo verde e slanciato, coperto da un berrettino tondo, artisticamente sfrangiato.

La cipolla vien fuori quand' è matura, si sbarazza dal terriccio che fino allora l' ha protetta e nutrita, e, aiutata un po' dall' uomo, si volge innamoratamente al sole....

Non capisco perchè nessun poeta l' abbia fatta, fino ad ora, un emblema di bellezza e di poesia.

Ah! dimenticavo che c' è di mezzo la prosa della cucina. E la cucina, chi lo ignora? è l' antitesi d' ogni idealità gentile. Io scommetto qualunque cosa che se invece d' essere uno staffiere, Ruy-Blas avesse fatto il cuoco, la bella regina di Spagna non se ne innamorava....

L' amore affronta tutto: privazioni, disagi, spasimi fisici, il freddo, il caldo, la sete; ma indietreggia atterrito davanti a un soffritto di cipolle o a una teglia di carciofi alla giudìa.

La cipolla è un erbaggio delizioso, molto stimato in Toscana e nel mezzogiorno: con la cipolla si fanno delle salse eccellenti e profumate, delle zuppe leggendarie, appetitose e gaie. La cipolla si presta cortesemente a tutte le esigenze della gastronomia: salsa con le costolette alla finanziera, mormora coi piselli, trionfa coi maccheroni fiorentini e resuscita — ahimè — il lesso avanzato il giorno avanti.

La conoscete la leggenda della cipolla, signorine gentili? Sapete perchè essa ci costringe al pianto?

Bisogna ritornare alla storia sacra: si dice

che durante la loro schiavitù gli Ebrei, ricordando gli arrosti patriottici fatti coi montoni di Giuda e i capretti d' Israele inondassero di pianto le eterne cipolle di cui il Faraone li nutriva....

Ed è solamente da allora — capite?, da allora — che la cipolla *rende* le lacrime che ella dovette assorbire.

Non è una storia commovente, degna di stare accanto alla poetica leggenda del

« *Non ti scordar di me?* »

MINESTRA ALLA CASALINGA.

Si prende un po' di farina e s' intride con un paio d' uova, dopo averla ben salata. Si lavora per una mezz' ora e se ne forma un panetto che si mette vicino al fuoco o al sole perchè si asciughi o, meglio, si secchi.

Si gratta quindi sulla grattugia come si farebbe del parmigiano e se ne cuoce nel brodo la pasta granulosa.

ALTRA MINESTRA DETTA MINESTRA VERDE.

Si lessano degli spinaci, si salano, si strizzano bene affinchè perdano ogni umidità e quindi s' incorporano con due cucchiaiate di farina bianca, due di parmigiano, con due uova e si formano tante palline grosse come noccinole. Si lasciano prosciugare e si cuociono nel brodo per la durata di dieci minuti.

CROSTINI RIPIENI.

Si stendono dei pezzetti di prosciutto magro su delle rotelline di mollica di pane, in modo che il prosciutto rimanga fra due rotelline. Quindi s' immerge ogni coppia ben chiusa nell' ovo sbattuto e si frigge nel burro. Si dispongono quindi sopra un vassoio questi bocconi dorati e si ricoprono con un denso battuto di fegatini di pollo e di acciughe.

VOL-AU-VENT ALLA CASIGLIANA.

Il vol-au-vent è un piatto molto elegante che richiede abbondanza, anzi esclusività di rigaglie e petti di pollo.

La buona massaia si provvede d' un po' di carne di vitella, di due o tre fegatini e fa un *umido* coi soliti sistemi accennati in più luoghi di queste paginette. Quando il composto è cotto lo arricchisce, d' un 150 grammi di riso e condisce il tutto con burro, grujère, e due rossi d' uovo. Con questo *insieme* ella riempie la scatola del vol-au-vent che non riesce nè meno elegante, nè meno saporito.

MARRONI COL RHUM.

Si sbucciano dei bei marroni e si cuociono in un litro di latte. Quando comincierebbero ad aprirsi si rovesciano, scolàti in un colino da paste largamente bucherellato, e si *passano* in

un vassoio precedentemente profumato di zucchero alla vainiglia e di buon vecchio rhum. Si servono ricoperti di zucchero a velo e di rhum.

Il fagiuolo.

Signorine gentili, non mi date della matta o — peggio ancora — del poeta, se al nome di questo legume io mi sento intenerita e commossa come alla lettura di una pagina sentimentale, scritta da.... non voglio offender la modestia della signora, il cui nome illustre stava per isdrucciolarmi dalla penna e lo sostituisco con dei puntolini.

Ah, i fagiuoli! Poesia gastronomica della mia prima giovinezza, quando in gonnellino e col grembialetto a due tasche, ronzavo intorno alla mamma che stava preparando quel po' di desinaruccio.

— Mamma! Che cos' è che fa *rorò* nella pentola? (*Domanda insidiosa e che non avrebbe avuto bisogno di risposta perchè io sapevo benissimo il contenuto dell' onesta marmitta di famiglia.*)

— Lo vuoi sapere? Sono i *pippi, i pippi* che si corrono dietro come i bambini quando fanno il chiasso.

— Ah! e ci vorrà dimolto prima che i pippi sieno cotti?

— Sono cotti, tesoro. Aspetta che te ne do una romaiolata. — E immerso il romaiuolo nella broda bollente, lo ritirava colmo di fagiuoli.

Non è a dirsi la mia gioia alla vista di quei bei cosini gialli, interi, così saporiti!

Battevo le manine e me li mangiavo in silenzio, a uno a uno, con le mani e — quel che più importa — con una specie di religioso raccoglimento.

Povera buona mamma! Oggi la tua bambina ha quasi i capelli bianchi, dirige la *Cordelia* ed è spesso invitata a molte tavole signorili dove ci sono dei *menus* da far venir l'acquolina in bocca anche a un' anacoreta. Ma oh! quanto volentieri rinunzierebbe a tutto per tornare a mangiare, ritta davanti a una seggiola, i *pippi* fumanti cotti da te!

*
* *

Signorine, considerato sotto il rapporto dell' utilità e della popolarità, il fagiuolo è il re dei legumi; mette una nota bizzarra sulla tavola del ricco ed è la gioia di quella del povero. Esso ha sulla patata il vantaggio di procurar due vivande assolutamente distinte; in primavera e nell' estate è un piatto rinfrescante e delicato; (fagiolini in erba) nell' inverno è il legume classico delle famiglie.

Non dimentichiamo sopratutto che il fagiuolo è più nutriente della patata. C' è chi lo chiama la « carne » del povero; vi è perfino una qualità di fagiuoli che per la loro bontà squisita si chiamano fagiuoli « capponi. »

Ah, disgraziato « *povero* »!

Con tutto il rispetto che ho pel fagiuolo, gli darei più volentieri la carne del ricco!

Le varietà del fagiuolo sono moltissime. Ve ne sono dei rossi, dei violetti, dei *ponceau*, dei giallicci, dei grigi, dei rosa, dei verdi, dei moschettati, dei marmorizzati, dei bicolori....

Alcuni opinano che il fagiuolo ci venga dall' America del Sud, altri, è fra questi cito un dotto viennese, Federico Brudder, sostengono che il simpatico legume abbia l' Asia per patria e asseriscono che gli Ebrei, obbligati alla costruzione delle Piramidi, si nutrissero di piselli, lenti e fagioli secchi; a convalidar questa tesi si narra che al principio di questo secolo si sono trovati dei semi di fagiuolo nella tomba d' una mummia.

RISO PRIMAVERILE.

Bisogna procurarsi ogni specie di verdura, lessarla e soffriggerla nel burro. Dopo si rovescia nel brodo bollente insieme col riso. Due minuti prima di servirlo si adorna con una diecina di torli d' uovo cotti nel brodo e si serve.

È una minestra ricostituente e molta apprezzabile anche dal lato estetico.

POLPETTE DI FEGATO.

Si batte ben bene il fegato, fino a ridurlo una poltiglia e quindi s' incorpora con una grossa midolla di pane inzuppata nel latte con due uova, sale, pepe, parmigiano. Si formano delle

palle schiacciate, si infarinano, si intridono una per una nell' uovo e si friggono. Sono squisite e si possono servire con zucchini tirati al burro.

POLPETTONE ALLA CASALINGA.

Si prendono 350 grammi di carne magra, si taglia a pezzetti, vi si aggiunge qualche fettina di salame, un po' di sale, spezie, noce moscata.

Si pesta tutto fino a che le carni sieno ridotte un tritume. Allora si aggiungono due uova, del parmigiano, del pangrattato e s' incorpora tutto alla carne, poi si modella un polpettone della forma d' un coteghino.

Si faccia nell' olio un soffritto di cipolla, odori, carota ecc; e quando la cipolla è ben rosolata, vi si aggiunga sugo di pomodoro e vi si metta il polpettone e si faccia cuocere per due ore e mezzo, rivoltando con molta delicatezza. Nel sugo si possono far cuocer fagiolini, zucchini, patate, cavolo, che si servono intorno al polpettone.

La sobrietà.

Un dotto tedesco, l' Hufeland è uno dei primi igienisti che abbia raccomandato la semplicità e la misura nel nutrimento. Secondo lui, non abbiamo un nemico più terribile della ghiottoneria. E senza contentarsi di quest' affermazione, la giustifica con moltissime prove.

I fatti confermano pienamente le sue teorie. Egli cita l' esempio del Veneziano Cornaro che potè compiere delle meraviglie con l' aiuto della sua sobrietà. Il Cornaro scrisse, a ottantatrè anni la relazione del suo genere di vita: egli toccò i « cent' anni » senza conoscere nè gl' incomodi nè le noie che sono il retaggio quasi inevitabile della vecchiaia. Anche in altri paesi si sono veduti dei centenari trovarsi bene d' una sobrietà quasi fenomenale. Nel 1792, morì nell' Holstein un contadino chiamato Stender, il cui principale nutrimento era il *gruau*: mangiava, ma di rado, un po' di carne salata, e il suo umore era così lieto e sereno come quello del Cornaro: giunse all' età di cento tre anni senza essersi mai ammalato. Nello stesso secolo, cioè nel 1770, un Tiroliano, il barone Barravicino de Capellis, morì a cento quattr' anni: questo vecchio si contentava d' uova, a cui aggiungeva, di tanto in tanto, un po' di carne arrostita.

Alcuni anni prima si spengeva nel 1759 un inglese, certo John Essuigham che era giunto all'età patriarcale di cento quarantaquattr'anni: non aveva mai bevuto liquori, nè s' era nutrito eccessivamente di carni; fino a cent' anni non si era mai sentito incomodato. Conclusione: La miglior garanzia d' una longevità sana e lieta è la sobrietà.

VERMICELLI COL POMODORO.

Si lessano i pomodori in poca acqua con sale, pepe, sedano, basilico, prezzemolo e una grossa

cipolla. Quindi si passa il sugo allo staccio, si ripone sul fuoco, condito con un pezzo di burro. In questa salsa si rovesciano i vermicelli precedentemente lessati e scolati, si fa loro prender sapore e si servono con abbondante parmigiano grattugiato.

SCALOPPINE DI BOVE CON CAROTE.

Mettete le braciuole di bove sopra uno strato di cipolle, condite con olio o burro, sale pepe e noce moscata e fate prender sapore alla carne.

Poi portatela a cottura con piccole addizioni di brodo o acqua tepida. In questo mentre avrete lessato le carote nell' acqua salata: le taglierete a piccoli pezzi o meglio anche in fili per lunghezza e le metterete nel sugo della carne a prender sapore.

Prima di servirle, aggraziatele con un po' di burro e una cucchiata da caffè ricolma di zucchero.

RICCIOLI VERDI.

Ecco un piatto di mezzo che può servir benissimo di contorno al lesso.

Lessate un mazzetto di spinaci e passateli allo staccio. Frullate quindi due uova, conditele con sale e pepe e mischiatele con gli spinaci passati; con questo composto fate tre sottilissime frittate e quando saranno ben cotte e asciutte, arrocchiatele e tagliatele a forma di

taglierini che metterete a soffriggere con burro e condirete con un po' di parmigiano. Con questo bel contorno farete figurare il vostro piatto di carne e nessuno, alla prima, capirà di che sia composto.

LATTE AFRICANO.

Si mischia a una bella tazza di latte, senza spannare, una tavoletta di cioccolata finissima, un torlo d' uovo e qualche goccia di rhum. Si versa il tutto in uno stampo leggermente unto di burro, si tiene lo stampo una mezz' ora a bagno maria, si sforma e si serve ghiacciata.

Per dimagrare.

Le donne — è curiosa! — hanno un orrore invincibile per la grassezza e non possono sopportar l' idea che il peso del loro corpo aumenti a poco a poco. Par quasi — Dio ce ne liberi! — che esse si compiacciano d' esser leggière!....

La grassezza, infatti, ha i suoi inconvenienti. Anche lasciando da parte gli apprezzamenti estetici, è un fatto che un uomo o una donna pingue non possono attendere alle proprie occupazioni con sufficiente sveltezza, nè prendere quell' aria agile e disinvolta che è la caratteristica principale delle persone magre.

Io non vorrei spaventar troppo le mie let-

trici; ma non posso fare a meno di avvertirle che l' obesità è una delle maggiori disgrazie che possano capitare ai figliuoli d' Adamo, e che è sempre bene, — quanto si può — far di tutto per evitarla.

Predispone all' apoplessia all' idropisia, al mal di cuore, all' affanno e ad altre delizie del medesimo genere.

Come si può fare per dimagrare? Se vi rivolgerete ad un medico egli con aria grave vi suggerirà la bicicletta, il bagno turco, la dieta carnea, le acque ferruginose, il massaggio e la cintura antiobesica; come se delle persone serie, non ricche e che han bisogno di lavorare per vivere, potessero perdere il loro tempo a star dietro all' igiene!... Come se delle maestre, delle istitutrici, delle operaie, delle scrittrici, delle studentesse, delle ricamatrici e delle massaie potessero lasciar lì su due piedi le loro occupazioni e slanciarsi sul velocipede per battere... qualche *record*, in mancanza di meglio.

I medici che ordinano le cure dimagranti con un simile rigore scientifico mi somigliano a certi ciarlatani della fisiologia che prescrivono a un povero operaio disoccupato il vino di Chianti e i filetti alla parigina.

Se sempre col lodevole fine di dimagrare aprite qualche almanacco, qualche libro o qualche trattato d' igiene.... Dio ce ne liberi! vi capitano sott' occhio certe ricettine così terribili nella loro crudezza da far venire i giramenti di capo anche alle acciughe in salamoia!

Volete sentire il regine dietetico degli almanacchi igienici e dei trattati.... idem?

« *Al mattino....* caffè nero, con *poca o punta galletta. Precederà un bagno freddo.* Per colazione *due uova all' olio con qualche fetta di prosciutto. Pochissimo vino, allungato con acqua di Vichy. Un secondo caffè. A pranzo, poca o punta minestra, un piatto d' erba o di pesce; carne arrostita, frutte cotte. Vino allungato con acqua di Seltz. Un terzo caffè, cinque chilometri al giorno. Massaggio sull' addome tre volte la settimana.* »

Queste prescrizioni sono odiose. L' igienista presuppone che la persona grassa viva sola, campi di rendita e desini alla trattoria, che non abbia famiglia e possa tener sempre un cuoco a sua disposizione !... quante belle cose si fanno, in teoria !...

Eccovi invece un buon sistema dietetico per dimagrare; è razionale, economico, e soprattutto.... *pratico !*

1.° Non mangiate mai tanto da levarvi completamente la fame. Preferite il pane molto cotto, evitate i minestroni e le paste asciutte; se i legumi e le erbe vi piacciono molto, non fate complimenti e cuoceteveli. Abolite completamente i pasticcini, le patate, il riso, la birra.

2.° Bevete sempre alla fine del pasto, in quella misura che il vostro senno vi suggerisce, avvezzandovi a poco a poco a non trangugiar quei bicchieroni di vino annacquato coi quali crediamo di levarci tanto bene la sete. Fate uso, con moderazione del caffè e del ghiaccio. Non bevete che per eccezione i liquori ed il punch.

Alzatevi da tavola immediatamente dopo aver mangiato.

3.° Camminate, ma con molta moderazione, in modo da risentire, non un senso di stanchezza, ma di profondo benessere. Se come è probabile non avete bicicletta, non datevi alla disperazione. Siete sicuri di non rompervi la testa.

4.° In mancanza del bagno turco, buono per gli epuloni, i gaudenti e i felici della terra, limitatevi a qualche frequente abluzione di acqua fredda sulla nuca, sulle spalle e sul petto, s' intende dopo aver consultato il medico.

5.° Non dormite più di sei ore, tanto nell' estate come nell' inverno. Se proprio avete voglia dell' acqua di Vichy, comprate due soldi di bicarbonato di soda e due soldi di acido tartarico, e di quando in quando preparativi da voi stesse qualche bibita gassosa.

Di tanto in tanto, però; per evitare il pericolo della dilatazione di stomaco.

RISO CON L' UOVO.

Si cuoce nell' acqua salata — meglio nel brodo — la quantità di riso necessaria; (cinquecento grammi ogni cinque persone) quindi si scola e s' incorpora con quattro rossi d' uovo, un etto di burro e uno di parmigiano grattugiato.

E si serve caldo, ricoperto da una salsa di rigaglie o di tartufi di Piemonte fatti saltar nel burro.

Se avanza di questo riso, s' intride con un

po' di farina bianca e si formano delle palline che, fritte nell' olio o nel burro, possono formare un eccellente contorno ad un pezzo di vitella o ad un pollo.

CARCIOFETTI CON L' ACCIUGA.

Si puliscono accuratamente dal gambo e dalle foglie troppo grosse i carciofi novellini; si lessano nell' acqua salata e si lasciano bene sgocciolare affinchè perdano ogni umidità. Si tagliano quindi in quattro, si dispongono sopra un vassoio, si ricuoprono di piccole acciughe tagliuzzate, di règamo e si condiscono abbondantemente con olio, sale, pepe agro di limone o aceto.

È un eccellente piatto di principio.

COSTOLETTE D' AGNELLO CON PISELLI.

Procuratevi delle belle costolette d' agnello, mondatele da ogni grassello o pellicola, lavatele accuratamente, intridetele nell' uovo sbattuto, poi nel pangrattato e mettetele al fuoco — un fuoco assai dolce — con un bel pezzo di burro. Lasciatele cuocer piano piano, rivoltandole spesso e inumidendole con un po' di brodo.

Intanto avrete fatto cuocer separatamente al burro i piselli, con un buon battuto di cipolline, lattughe e prezzemolo.

Contornate con questi le costolette e servitele.

SFORMATO DI CAFFÉ, PANNA E RHUM.

Mischiate insieme due buone tazze di caffè, due di panna, quattro cucchiaiate da minestra ricolme di zucchero, tre bicchierini di vecchio rhum e sei torli d' uovo.

Versate in uno stampo, fate cuocer lentamente per tre quarti d' ora a bagno maria e sformate. Sul momento di portare in tavola, ricoprite il dolce di rhum e accendetelo.

Gli asparagi.

Lo vedete, signorine, quel campo triste e ignudo dai rigonfiamenti bizzarri, simile a un cimitero di lillipuziani? Si direbbero le tombe di tanti nani. Ma ecco la primavera col suo corteggio di raggi, di canti, di profumi, e... che cosa succede? Da quei *tumuli* in miniatura si slancia uno stelo verde e fresco: lo sparagio.

A ogni raggio di sole, lo sparagio, s' inalza e cresce, drizzando verso il cielo la sua testolina lilla, così squisita, immersa nel puro olio di oliva o in una profumata salsa bianca!

Si taglia lo sparagio? Ed egli spunta. Si ritaglia? Ed egli spunta ancora; è uno stelo pieno di ghiottoneria e di vita.

Con l' autunno, lo spettacolo muta. Non è più il giocondo campo seminato di torri violette e di rosei obelischi: è una foresta fantastica e vaporosa, un leggiadro boschetto di verdi trine,

una nebbia, un sogno, un piccolo bosco incantato, ove sotto le foglie stillanti, cariche di bacche coralline, il grillo si reca a modulare i suoi canti melanconici....

*
* *

Lo sparagio è di origine italiana.

E non c' era da dubitarne, vedendo la sua elegante conformazione; conformazione che le zucche — le signore sono sempre le stesse, — anche fra le piante, hanno tentato, ne sono sicura, di mettere il ridicolo.

Gli asparagi sono soavi e *magnifici* sul suolo vulcanico delle due Sicilie, ai piedi del Vesuvio e dell' Etna. Lo sparagio di Catania è quello che gode maggior fama di tutti....

Lo sparagio è il più sano e il più digestivo, il più leggiero e il più delicato di tutti gli erbaggi; e mischiato coi piselli e con le uova è un mangiare da regine....

Ma io non voglio eccitare la vostra ghiottoneria, o sobrie lettrici, e finisco questa mia chiacchiera sconclusionata col famoso aneddoto di Fontenelle. Se lo conoscete (ed è probabile, perchè è assai ripetuto) saltatelo a piè pari. Non me lo avrò a male.

Si sa che l' illustre autore della « Pluralità dei mondi » era un ghiottone tanto egoista quanto delicato.

La duchessa di Grammont soleva dire che egli sarebbe stato capace di bruciare un quadro per fare arrostire un' ortolano.

Una mattina l' abate Garcin, altro celebre ghiottone, andò ad invitarsi a colezione dal suo illustre amico, l' accademico Fontenelle.

Che bella idea! Quest' ultimo aveva appunto ricevuto in dono una magnifica cesta di asparagi.... E si era nientemeno che in gennaio! Con qual salsa sarebbero stati mangiati?

Il Fontenelle li vorrebbe conditi con olio di oliva e agro di limone; l' abate Garcin è per la salsa bianca.

Si discute; ciascuno esalta la propria opinione e finalmente si prende l' unica decisione ragionevole: metà degli sparagi saranno conditi con l' olio, l' altra con salsa bianca.

Tutti contenti, i due ghiottoni seggono accanto al fuoco e tanto per prepararsi lo stomaco bevono un buon bicchiere di vino generoso.

A un tratto, l' abate Garcin, specie di botte vivente, stende le braccia al cielo, getta un grido e cade a terra. È morto, falminato da un colpo apopletico.

Il Fontenelle si precipita verso la cucina, e alla cuoca esterrefatta:

— Tutti gli sparagi all' olio! — grida con voce cavernosa.

MINESTRA DI RICOTTA PER SEI PERSONE.

Si prendono 150 grammi di ricotta freschissima, s' incorpora con tre cucchiaiate di farina bianca, con tre rossi d' uova, con cacio parmigiano e

con un po' di sale. Si formano tante palline e si gettano nel brodo bollente. Bastano dieci minuti di cottura.

PASTICCINI RIPIENI (*petits patès*).

Procuratevi qualche fegatino di pollo, qualche buon avanzo di carne arrostita, e mettete a rosellare nel burro con un po' di cipollina. Quando il composto è cotto, battetelo, incorporatelo, con uova, parmigiano grattugiato e tornate a metterlo di nuovo sul fuoco con pochissimo burro. Riempite quindi i pasticcetti di pasta sfoglia, che si trovano presso tutti i pasticcieri al prezzo di sette, dieci e quindici centesimi l' uno.

Questi pasticcini si servono tiepidi.

RISTECCHE ALLA FIORENTINA.

Provvedete delle buone bistecche nel *filetto*, date loro una buona bastonata sul tagliere, conditele dai due lati con sale e pepe e mettetele sulla gratella, sopra un fuoco chiaro, ma moderato. Dieci o quindici minuti di cottura bastano per una bistecca ordinaria.

In generale si serve con salsa di acciughe sfatte nel burro.

FRAGOLE ALLA DOMENICANA.

Ci si procura della buona panna montata, s' incorpora con fragole di giardino, precedentemente inzuccherate e aggraziate con zucchero

alla vainiglia; si versa il tutto in uno stampo e si tiene in ghiaccio per un' ora.

Si serve questo dolce delicatissimo con dei savoiardi intinti nel cognac.

Il cavolo.

Non c' è erbaggio più comune di questo. Il cavolo è un vero contadino: non ha il profumo della fragola, nè le fragili delicatezze dell' asparagio: non ha spennacchi come la carota, nè una capigliatura artisticamente increspata come la cicoria. Non ha il visino roseo delle giovani radici, nè porta fiori alla bottoniera come l' elegante pisello.

Il cavolo è largo, tarchiato, e solido come la terra che lo accoglie. Sfida le intemperie ed è sempre di buon umore.

Di dove viene? È egli un figliuolo del nord o del Mezzogiorno? Si è molto discusso a proposito della sua origine e molti paesi vogliono rivendicar l' onore d' avergli dato i natali. — Aspettando che la grande questione si decida, io inclino a credere che quest' Omero degli ortaggi sia un orientale. Ne fanno fede le sue larghe e grosse foglie opulente.

*
* *

Ohimè! Se il cavolo non fosse stato spoetizzato dalla zuppa di fagiuoli, egli potrebbe figurare come una pianta ornamentale, non indegna

d' un salottino elegante. Ma non c'è nulla che avvilisca tanto quanto la casseruola e il mestolo da cucina! Povero cavolo! Invece di ammirarti, ti stracottano in compagnia della cipolla e del prezzemolo!

Fra le varie specie di cavolo, non bisogna dimenticare i cavolini di Bruxelles e il cavol fiore.

I primi sono squisiti, ma un po' troppo avidi di condimento e — quindi — poco popolari.

Il cavol fiore, invece, malgrado il suo nome poetico e il suo aspetto aristocratico, si concede a tutti ed è assai buono, anche condito semplicemente con un po' d' olio d' oliva e due goccie d' agro di limone.

*
* *

Una graziosa varietà di cavolo è quella che ha un color lilla, colore che rimane anche dopo la cottura. O sentite il perchè di questa curiosa tinta:

C' era una volta, non so più in qual paese del mezzogiorno, un Santo vescovo che era la carità in persona. Le sue mani erano sempre pronte a dare e a benedire. Perchè i poveri non patissero, egli aveva quasi smobiliato, a poco per volta, il suo suntuoso e bel palazzo arcivescovile. Ora era un letto che spariva, ora una buona poltrona, spesso un paio di coperte, un coltrone, un tappeto, ecc ecc.

Figliuolo d' un contadino, quel degno prelato, non aveva, dopo quella del bene, che una sola

passione: l' amore dei campi. E perciò nulla di più facile che imbattersi in Monsignore a traverso i prati, i boschi e le stradicciuole traverse della campagna.

Un giorno, in cui si divertiva a coglier fiori pel suo erbario, scorse una vecchina che tentennava la testa come il pendolo d' un orologio. Ed era sì curva, che pareva come spezzata in due sulla spina dorsale. Dante avrebbe detto:

Che fea di sè un mezzo arco di ponte.

Ad ogni passo, la poveretta pareva sul punto di vacillare sotto il peso d' un gran fagotto di cavoli che ella teneva sulle spalle. A un certo punto, non potendone più, lo depose sopra un monticello e s' appoggiò affannando e gemendo al tronco d' una noce.

— Buon giorno, nonna — disse il vescovo — voi portate un fardello troppo pesante per le vostre povere spalle.

— Pur troppo, Monsignore, — rispose la vecchiarella che aveva riconosciuto il prelato dalla sua mantellina color viola. — È che gli anni pesano più dei cavoli, sa ella? E' sono ottantanove a Ceppo.

— E dove dovete portarli cotesti cavoli?

— Lassù al conventino, in cima al poggio! Prima d' arrivarci, ho da tirar dell' altro fiato, Monsignore!

— Mi pare anche a me. Ma c' è rimedio a tutto, nonna. Io porterò il fagotto e voi mi piglierete a braccetto.

— Uh! Monsignore benedetto! E se la gente ci vede? Se dovesse pensare a male?

— Nonna, nonna! vi assicuro che non penserà a male. Da brava! Qua i cavoli....

Detto fatto. La strana coppia si mette in via e cammina cammina, giunge alla meta.

Il buon vescovo rende il fardello alla vecchina e le lascia cader fra le mani una bella moneta da cinque lire....

La povera vecchia si perde in ringraziamenti e porge i cavoli alla suora conversa che era venuta ad aprire.

Ma oh, maraviglia, oh prodigio! I cavoli, che erano del più bel verde del mondo son divenuti violetti.... come la mantellina del Santo vescovo! E da quell' epoca fiorirono i cavoli color viola.

Non ci credete? Io, si.

ZUPPA JULIENNE.

Provvedete delle carote, delle punte di sparagi, qualche zucchino, una manciata di piselli, due o tre patate, alcune foglie di lattuga, tagliate il tutto e mettete a bollire piano piano nel brodo. In pari tempo friggete nel burro dei piccoli dadi di pane e metteteli in fondo alla zuppiera. Rovesciatevi sopra le vostre erbette col brodo e servite prontamente. Nella « julienne » si può cuocere anche il riso.

FAGIOLINI IN ERBA CON L' ACETO.

Prendete delle belle cipolle, tritatele e fate prender loro un bel color di nocciuola con un grosso pezzo di burro.

Quindi versate in questa salsa i fagiolini precedentemente lessati e rivoltateli sempre, finchè non avranno preso sapore. Prima di servirli, aggiungete nuovo burro e una cucchiaiata d' aceto.

ZAMPA BURRATA.

Dite al vostro macellaro che vi serbi una zampa di vitella: fategliela pulire diligentemente e dopo averla ben lavata a due o tre acque mettetela a lessare nell' acqua tepida e salata.

Dopo quattro o cinqu' ore di continua ebullizione, ritiratela dall' acqua e quando è raffreddata tagliatela a piccoli quadri, che farete saltare in una casseruola con burro abbondante. La servirete caldissima, ricoperta di gruyère grattugiato.

Molti la preferiscono col solo burro.

SAVOIARDI UBRIACHI.

Mischiate in un recipiente nuovo sei rossi d' uovo, sei bicchierini di latte, sei cucchiaiate di zucchero e sei di vecchio rhum: frullate bene tutto e ponete sul fuoco a bollire.

Quando il miscuglio, continuamente agitato perchè non si attacchi, sale all' orlo del vaso, rovesciate prontamente in una zuppiera o fruttiera dove sieno già disposti dei savoiardi intinti nel rhum.

Ponete questa zuppiera sul ghiaccio, lasciatevela per un' ora e servite.

Le ciliegie.

Ciliege, veh, *ciliege* alla toscana, così dolci, così musicali a pronunziarsi; e non già *ciriege*, come in certi scrittori dell' Alta Italia, che scrivono *birichini* con due *c* e mangiano le minestre col « lardo ».

Care, leggiadre ciliegie! Hanno fatto le loro apparizione dagli ortolani, fra gli ultimi mazzi di cavolo nero e i primi asparagi.

Fra quei due verdi, esse hanno messo con la loro nota rosea e delicata, il sorriso delle loro testoline rotonde.

Chi non ha cantato le ciliegie?

Pietro Mascagni le ha immortalate nel suo leggiadrissimo *duo*: Pierre Dupont ha cantato:

La pente verte des coteaux
Est tonte rouge de cerises.

E G. B. Clément, non meno poeta, ha trovato questa melanconica e deliziosa figura:

Cerises d' amour, aux douleurs pareilles,
Tombent sous la feuille en gouttes de sang.

Si dice che le introducesse in Italia quel ghiottone di Lucullo.

*
* *

I liquoristi e i pasticcieri non sono voluti rimanere al disotto dei poeti e ne han fatto conserve squisite, liquori deliziosi, fra i quali il *kirsch*.....

*
* *

Le ciliegie in guazzo, ossia nello spirito, sono un sano e gustoso eccitante nei freddi giorni autunnali, quando le brinate e le nebbie fanno lacrimar di tristezza i cieli e la terra. Quei tondi, graziosi e rosei frutti ci ricordano i maggi odorosi e ce ne promettono dei nuovi.

In Italia, le ciliege di Pistoia sono molto reputate: e in Francia portano giustamente il vanto quelle di Montmorency.

MINESTRINA DI STRACCIATELLE.

Si frullano sei uova, si condiscono con sale, parmigiano e un mezzo cucchiaino da caffè di fior di farina: quando il brodo bolle si buttano giù tutte ad un tratto e — squagliandosi — for-

mano le così dette stracciatelle. Bastano due o tre minuti di cottura.

MINESTRINA COL PANE.

Si inzuppa nel brodo molta mollica di pane: s' incorpora con sale, pepe, parmigiano, uova, e noce moscata e un po' di farina. Si formano delle palline che s' intridono nell' uovo e si friggono. Si dispongono quindi in fondo alla zuppiera e vi si versa sopra il brodo bollente.

FEGATO ALLA TUNISINA.

Si taglia il fegato di vitella di latte a fettine sottili e si fa friggere pochissimo nel burro, dopo averlo convenientemente salato. Intanto si deve aver frullato in un pentolino un cucchiaio di farina con vecchio marsala, in modo da formare un intriso molto liquido; quando il fegato è quasi cotto, versateglielo sopra, finite di cuocerlo e servite con crostini fritti nel burro.

POLLO AL MARTIRIO.

Prendete un galletto o un pollastro giovane, levategli il collo e le zampette, il fegatino, la cipolla e apertolo sul davanti, schiacciatelo più che potete. Lavatelo ed asciugatelo bene con un tovagliuolo di bucato, poi mettetelo sulla gratella e quando comincia a rosolare, voltatelo, ungetelo con burro sciolto (oppure olio) mediante

un pennello e conditelo con sale e pepe. Quando avrà cominciato a prendere un bel colore d' oro la parte opposta, voltatelo e trattatelo nella stessa maniera: e continuando a ungerlo e condirlo, tenetelo sul fuoco finchè sia cotto.

POLLO ALLA CACCIATORA.

Dopo averlo vuotato, lavato e privato del collo e degli zampini, tagliatelo in otto pezzi, conditeli con sale e pepe, infilzate in ciascuno di essi una ciocca di salvia e infilateli nello spiede separando ogni pezzo da un crostino o da una salsiccia. Ungete continuamente e servite dopo mezz' ora di cottura.

La fragola.

Se la fragola è uno degli alimenti più fini e più ricercati, è anche di grandissima utilità come medicamento, se si deve credere a quello che raccontano. Secondo certi naturalisti le fragole hanno prodotto, in certe malattie, degli effetti quasi miracolosi. Nella dissertazione pubblicata da Linneo a questo proposito, si legge che il celebre naturalista ha potuto guarire con le fragole, non solo i violentissimi accessi di gotta da cui era già da gran lungo tempo tormentato, ma anche certi tumoretti maligni che si formano

alle articolazioni durante il corso del male. In un accesso di gotta egli si mangiò un giorno una quantità prodigiosa di fragole, dormì tutta la notte, e il giorno dopo potè alzarsi e riprendere il lavoro che aveva già abbandonato da quindici giorni. L' anno dopo l' accesso ricomparve; Linneo adottò lo stesso metodo di cura, e passò un tempo lunghissimo in perfetta salute.

Le fragole, secondo Apuleio, purchè sieno pestate ed intrise col miele guariscono i dolori articolari, e secondo Toffmann e Schulz, sono un ottimo rimedio contro la tisi polmonare anche di grado avanzato.

In tutte queste dicerie v' è naturalmente dell' esagerazione; ma anche della verità. È infatti scientificamente provato e che le fragole aiutano ad eliminiare l' eccesso di acido urico che si trova nell' organismo.

Le fragole schiacciate e sciolte nell' acqua ci danno una bibita rinfrescante, utilissima in certi casi di infiammazione e di febbre.

ZUPPA DI PUNTE D' ASPARAGI.

Versate in una pentola la quantità d' acqua destinata a far le veci di brodo: salatela e aggraziatela con un mazzolino d' erbe odorose. Quando bolle versatevi le punte degli sparagi, e giunti a cottura, ritirateli dal fuoco. Intanto avrete preparato un composto di quattro rossi

d' uovo e due cucchiaiate di parmigiano grattugiato: lo verserete nella pentola, aggiungendo un bel pezzo di burro fresco.

Questa eccellente composizione rovesciata su dei dadi di pane fritto ci dà una minestra fine, elegante e squisita.

UOVA NELLA SCATOLA.

Bisogna prima di tutto posseder già una salsa: salsa di pomodoro, salsa piccante o salsa di carne. Quest' ultima è da preferirsi, specialmente se è arricchita da qualche tartufo o rigaglia di pollo.

Si prendono dei piccolissimi panini tondi: si dividono a metà in senso della larghezza e si toglie loro la midolla.

Si mettono in una teglia a sfrigger nel burro e in ciascuno di essi (anzi nella metà concava di ciascuno) si scoccia l' uovo. Quando le uova son cotte perfettamente si ricoprono con la salsa già accennata e si servono calde.

CROCCHETTINE DI CERVELLO.

Fate lessare due o tre cervellini d' agnello nell' acqua salata.

Sbucciateli e incorporateli con due rossi d' uovo, un battuto di funghi o tartufi, un mezzo spicchio d' aglio e una grossa ciocca di prezzemolo e una mollica di pane inzuppata nel brodo.... Formate dei bastoncini, dorateli con l' uovo e friggeteli. Li servirete con contorno di prezzemolo fresco e spicchi di limone di giardino.

Il gelato.

Il gelato non è un invenzione moderna. Gli Ebrei, gli Egiziani, i Persiani, gli indiani lo adoperavano continuamente. Ma le bibite e le preparazioni ghiacciate erano di gran lunga inferiori per qualità alle nostre. E si capisce! gli antichi non avevano a loro disposizione gli apparecchi.... moderni. I gelati non consistevano che in grandi coppe piene di liquido, messe a freddare nella neve; quelli solidi cioè i sorbetti, e le granite, erano affatto sconosciuti agli orientali.

Verso il 1660 l' italiano Procopio Coltelli recò in Francia la nuova invenzione del gelato e l' uso si sparse rapidamente a Parigi e in provincia.

Il giorno in cui Condè ricevè Luigi XIV nella sua magnifica residenza di Chantilly, la cena fu servita su venticinque tavole. Verso la fine del banchetto, a ciascun convitato fu offerto in un elegante piatto d' argento un uovo, un bell' uovo duro e compatto. A chi toccò bianco, a chi rosso, a chi grigio a chi bruno.

La meraviglia fu generale. Ciascuno chiedeva a sè stesso che cosa avesse che fare un uovo col *dessert*. Ebbene, l'uovo era un gelato, un magnifico gelato duro come il marmo; ed anche oggi a più di duecento anni da quell' epoca, in certi pranzi si serve l' uovo ghiacciato.

Con le moderne macchine da gelare anche un bambino di dieci anni può presentarvi a fin di

pranzo un delizioso sorbetto.... Almeno così assicurano certi industriali negli avvisi di quarta pagina....

SEMOLINO - CREMA.

Fate bollire del buon latte e versateci piano piano il semolino: (150 grammi bastano per quattro persone) fate cuocere per cinque minuti, salate moderatamente, condite con parmigiano e burro e servite. — È una minestra da consigliarsi agli stomachi deboli.

Triplicando la dose del semolino si possono fare gli gnocchi, versati nel vassoio a piccole cucchiaiate, e conditi nello stesso modo o anche con un delicato sugo di carne.

SALSA MAYONNAISE.

Bisogna procurarsi delle uova, un limone, olio d' oliva, sale e pepe.

Si sbattono bene con un cucchiaio di legno e movendo sempre dalla stessa parte, due quattro o più torli d' uovo, vi si versa l' olio a gocce sempre rimestando (un cucchiaio da tavola per ogni due torli). Al momento di versarla, calda o fredda a piacere, vi si unisce il sugo d' un limone, sale e pepe. Con questa salsa si condisce il pesce lesso, l' erba, la carne d' agnello ecc.

BOVE NELLA MARMITTA.

Fatevi portare un grosso pezzo di muscolo magro: tagliatelo a pezzi regolari e mettetelo in una pentola coi seguenti ingredienti: Una grossa fetta di prosciutto, un mazzo di erbe odorose, sei zampette di pollo, un bicchier di vino, uno d' acqua, e sale e pepe quanto occorre. Chiudete ermeticamente e fate cuocer per tre ore sopra un fuoco dolcissimo e servite nella marmitta stessa ov' è stata cotta. Ve ne sono delle artistiche, dai coperchi dorati, che reggono benissimo al fuoco.

ARANCE COL RHUM.

Procuratevi dello sciroppo di cedro in cui verserete del rhum e un bicchiere d' acquavite. Tagliate a fettine le arance e versateci sopra il liquido. Le servirete ghiacciate con un contorno di savoiardi inzuppati nello siroppo allungato con l' acquavite. Sono semplicemente deliziose.

I poponi.

Che cos' è questo soave profumo che ci porta il vento? il profumo di un gelsomino, di una magnolia, di un tuberoso? è il soave odore della verbena, dell' acacia, del lauro, del biancospino?

No. Tutti questi dolcissimi odori esalano da un mucchio di poponi che fanno mostra della loro bella buccia aurea e verdona.

Non si conosce bene il paese d' origine del popone. In generale si crede che sia un frutto originario dall' Asia; ma quel che si sa di certo, è il favore con cui venne sempre accettato dai ghiottoni di tutto il mondo.

La famosa vecchietta.... l' erudizione, mi dà a questo punto una solenne gomitata. Si capisce che vorrebbe entrare in questione. Lasciamole dir le sue quattro parole; m' incarico io di farla tacere a tempo.

A Roma — almeno così racconta il famoso naturalista Plinio — il popone veniva servito con molta frequenza nei banchetti imperiali, e Tiberio ne era particolarmente ghiotto. Per aver questi deliziosi frutti in ogni stagione, ne favorivano la cultura in serre speciali. Fu nel mille cinquecento che il popone, grazie alla grande abilità degli orticultori, potè raggiungere un grado così elevato di bontà e di profumo.

Il popone è un frutto molto appetitoso e rinfrescante ma non è affatto nutritivo e conviene poco o punto agli stomachi delicati.

Il popone buono non deve esser nè troppo verde, nè troppo giallo; nel primo caso è acerbo nel secondo caso è accessivamente maturo. Il suo odore soavissimo e la sonorità della scorza sono buoni indizi per chi avesse voglia di comprarlo.

È il frutto sociale per eccellenza, la natura, dividendolo in ispicchi ne fissò il destino. Si mangia per lo più in famiglia; si porta in tavola

e si taglia. Appena aperto un' onda di profumo vi sale alle narici. Il suo bel color giallo getta dei riflessi aurei sulla bianca tovaglia. Ciascuno addenta una fetta, ne gusta l' odoroso sapore.

Nei gran caldi non c' è nulla di più rinfrescante, di più appetitoso.

Ah, come ne mangerei volentieri in questo momento, una bella fetta!

UN BRODO SOSTANZIOSO OTTENUTO IN MEZZ' ORA.

Prendere trecento grammi di magro e batterlo minutamente con la mezza luna, sul tagliere. Quindi metterlo a bollire in una piccola quantità d' acqua poco salata. In capo a mezz' ora, ritirar la pentolina dal fuoco e strizzarvi fortemente al setaccio o in un pannolino la carne triturata.

Rimettere a bollire il brodo per cinque minuti, sciogliervi dentro un torlo d' uovo e servirlo tepido al malato. Può bastare per due volte.

PASTICCETTI DI POLLO. (detti *soufflés de volaille*)

Pestate dei resti di pollame, incorporateli con un po' di burro, un briciolo di fior di farina, tre rossi d' uovo e una chiara sbattuta: imburrate dei piccoli stampi, versateci questo preparato e cuocete, per mezz' ora, a bagno-maria.

FEGATO ALLA VENEZIANA.

Si taglia il fegato a fette sottili dopo avergli tolto ogni pellicola. Si pone un bel pezzo di burro nella teglia, e una cipolla tagliata a fette. Quando questa è soffritta, vi si pone il fegato infarinato, unitamente a del prezzemolo e a mezzo bicchiere di brodo o di marsala. Si fa cuocer lentamente e si serve caldo.

CAFFÈ E LATTE COMPOSTO, ALL' OLANDESE.

In un vaso di terra ben pulito, destinato soltanto a uso di creme o di dolci, versate una tazzina di buon caffè, una tazzina di latte, due torli d' uovo frullato, poche goccie di vecchio rhum e zucchero quanto basta. Amalgamare il tutto e porlo sopra un fuoco moderato ma chiaro.

Agitar continuamente il liquido perchè non si attacchi e quando, bollendo, sale fino all' orlo del vaso, versarlo rapidamente nella tazza e servirlo caldissimo con crostini imburrati o *brioches*.

Come si deve bere il latte.

Molti si lamentano di non poter bere una tazza di latte senza risentirne un grave imbarazzo di stomaco, e danno la colpa del disturbo alla

cattiva qualità del liquido. Invece l' inconveniente dipende dal modo di beverlo; per inghiottire un capace bicchiere di latte bisogna impiegare almeno tre minuti: Bevendolo precipitosamente, il latte si trasforma in un globo caseoso di cui sol tanto la superficie si trova incontatto col succo gastrico mentre la stessa quantità di latte, bevuta a poco a poco, si coagula parzialmente, è imbevuta dal succo gastrico e si digerisce senza difficoltà.

MINESTRA IN POCHI MINUTI.

Supponendo che i convitati sieno dieci, si squarcino dieci uova e se ne frullino insieme i soli torli in una terrina. Ai torli ben frullati si aggiungano dieci cucchiaiate di formaggio parmigiano e dieci cucchiaiate di fior di farina, una buona presa di sale e si frulli il tutto sino ad ottenere una specie di farinata assai densa. Se la densità fosse soverchia, si sciolga con qualche goccia d' acqua. Intanto si sarà posta sul fuoco una pentola contenente acqua quanta ne occorra per riempire dieci scodelle da tavola. Quando l' acqua bollirà vi si versi dentro, sempre frullando, il contenuto della terrina e rimestando di continuo si lasci bollire per qualche minuto. Si ritiri la pentola dal fuoco, vi si getti all' incirca un ettogr. e mezzo di burro ben fresco, si versi la farinata nella zuppiera e si serva in tavola. È eccellente e nutritiva.

PATATE TARTUFATE.

Lessate una quantità di patate proporzionate al numero dei commensali, sbucciatele e lasciatele freddare; quindi tagliatele a rotelline dell' altezza di due o tre centimetri. Prendete una teglia che avrete ben unta col burro e distendete un primo suolo di patate, e ricopritelo con dadi di burro, sottili fette di parmigiano e di tartufi, con poco sale, e meno pepe. Sovrapponete un altro strato di patate e ripetete la medesima operazione finchè non avrete finito le patate. Ungete di burro l' ultimo strato, versatevi sopra del pangrattato e fate cuocere tra due fuochi. Quando le patate saranno divenute color d' oro, servite. È una torta squisita.

VALIGETTE DI RISO.

Si prendono delle larghe braciuole di vitella e si allargano bene sulla spianatoia. Quindi si prepara un composto di

1º. Una midolla di pane intinta nel latte.
2º. Parmigiano grattato.
3º. Tre torli d' uovo.
4º. Prosciutto finamente tagliuzzato.
5º. Sale pepe e noce moscata.

Di questo composto bene amalgamato se ne versa una cucchiaiata in ogni braciuola, che deve essere avvoltolata su sè stessa e legata con un leggiero spago.

Queste valigette si mettono a colorare sopra un battuto di cipolline, prezzemolo e burro; e si cuociono lentamente con delle frequenti aggiunte di pomodoro colato.

Giunte a cottura, si tolgono dalla casseruola ad una ad una; e nella salsa si fa cuocere il riso.

Sul momento di servire, si riscaldano a parte le valigette con una noce di burro, si pongono in mezzo al riso e si condisce il tutto con burro a pezzetti e gruyère grattata. È un piatto di famiglia che fa bella figura e riesce assai riempitivo.

LIQUORE CASALINGO AL CAFFÈ

Fate abbrustolire (ma non troppo) 250 grammi di caffè moka e gettatelo ben bollente nel fondo di un vaso a tappo smerigliato in cui già avrete posti 400 grammi di zucchero. Versatevi sopra un litro di buona acquavite e mettete nel vaso anche un bastone di vainiglia. Coprite e lasciate macerare per oltre quindici giorni agitando il vaso parecchie volte al giorno. Si ottiene così un liquore squisito specialmente se si lascia invecchiare.

Il caffè.

Fa bene o fa male? è un corroborante o un eccitante? Incita il genio sopito o ne acutizza gli spasimi? Bisogna dannare all'ostracismo l'entusiasta, o il dispregiatore? Applaudir al lirismo di Paolo Mantegazza o alla invettiva scettica del Redi? Adorarlo o sprezzarlo?

Mio Dio! mio Dio! Si può non schierarsi nè dall' una parte nè dall' altra; tanto più che le famiglie del medio ceto approvando economicamente questa teoria della « via di mezzo » cercano che il caffè quotidiano non urti troppo il sistema nervoso. Chi non è abituato al caffè non lo prenda e starà bene; chi vi è abituato lo prenda pure, e starà bene lo stesso; purchè, s' intende, non abusi della.... situazione....

Un paio di tazze di caffè non può danneggiar la salute, e noi lo consiglieremmo volentieri a tutti gli individui freddi, linfatici, apatici che.... non scattano mai; lo proibiremmo invece ai fanciulli, ai giovinetti, alle donne immaginose e nervose, ai temperamenti troppo mobili ed ardenti. Per i vecchi un po' indeboliti di fibra e di cuore, il caffè è una manna giacchè avviva singolarmente i moti cardiaci.

Una tazza di caffè dopo pranzo è consigliabile, perchè favorisce la digestione.

Possibilmente non comprate mai caffè già macinato dai droghieri, macinatelo invece in casa.

Il caffè dei droghieri è un orribile miscuglio di cicoria, d' orzo, di lupini, e chi più n' ha più ne metta. Di tanto in tanto, per eccezione, vi si trova anche un po' di caffè. A questo proposito mi viene a mente un graziosissimo aneddoto. Un tal droghiere col quale i clienti s' erano spessissimo lamentati per le sue truffè ingegnose, dette a credere a chi serviva che il caffè venisse macinato nella retrostanza via via che qualcuno lo chiedesse. E per provarlo, quando una sposina ingenua o una servetta stordita si presentava al suo banco, egli correva nella retrobottega, a girare con gran fracasso il manubrio del macinino vuoto. Ritornava dopo qualche minuto con una bella fogliata.... della solita miscela che metteva, fresca fresca, sotto il naso della cliente. E la cliente, ingannata dal rumore se ne andava più che convinta; persuasa, persuasissima che il fagottino contenesse un moka, un sandomingo o un portorico finissimo. E così l' onesto droghiere diventò ricco....

Non ho altro da dire. Chi volesse sapere qualche cosellina di più sull' argomento vada in una pubblica biblioteca.

Troverà facilmente di che saziarsi, giacchè credo che sul caffè tutti gli scrittori si sieno più o meno sbizzarriti....

RISO SUL BRODO, ALLA CAMPAGNUOLA.

Mezz' ora avanti del pranzo fate soffrigger nel burro del cavolo finamente trinciato, un po'

di cipolla, due fettine di prosciutto, qualche foglia di sedano, pepe e sale quanto basta..

Quando il soffritto è cotto, gettatelo nel brodo bollente, insieme col riso, e otterrete una minestra squisita.

LESSO COMPOSTO.

Mettete in un vassoio che resista al fuoco o in fondo a una teglia che non sfiguri in tavola, un pezzo di burro tagliato a piccoli quadri, uno strato di fette di prosciutto e uno di funghi già cotti: quindi disponete le fette del lesso; tornate a ricoprirle di burro, prosciutto e funghi; inumidite con qualche cucchiaiata di ottimo brodo e lasciate bollir dolcemente per tre quarti d'ora; poi servite con un contorno di patate fritte nel burro.

VITELLA ARROSTO MORTO.

Procuratevi un buon pezzo di vitella di latte, senza grasselli o pelletiche; bucatela con un coltellino da cucina, a punta: e nei fori introducete burro, prosciutto grasso e magro, scorza di limone, sale, pepe e qualche garofano. Mettetela sul fuoco in una casseruola di rame e rivoltatela continuamente fino a completa cottura, senza mai inumidirla: tutt' al più potrete aggiungere del burro.

È squisita e si serve con polpettine di patate fritte.

TORTA SAVOIA.

Prendete dodici uova fresche; pesatele (s' intende senza romperle) e prendete una quantità di zucchero pestato finissimo che rappresenti la metà precisa del loro peso; quindi tanta fecola di patate quant' è il peso dello zucchero.

Separate il rosso dal bianco delle uova; sbattete ben bene i torli insieme con lo zucchero e gli albumi da soli, finchè, come volgarmente si dice, si sia ottenuta la fiocca, ossia si siano mutati in una materia bianca e sostenuta, quasi simile a neve: mescolate i rossi coi bianchi, unitevi a poco a poco la fecola, badando che non si aggruppi; incorporate ben bene ogni cosa, rimestando per alcuni minuti e versate il miscuglio in una teglia foderata di carta e ben imburrata.

Si fa cuocere in forno a calor dolce. Riesce una torta soffice, leggerissima e buona. Si può darle il gusto del limone, strofinando un grosso cedro sullo zucchero in modo che assorba l'aroma oleoso, o il gusto di vainiglia, adoperando zucchero vanigliato che già si trova preparato in commercio. Vuotando il miscuglio a grosse cucchiaiate sopra tanti pezzi di carta si ottengono i così detti *biscotti savoiardi* che hanno il vantaggio di conservarsi a lungo.

La scoperta del miele.

L' epoca della scoperta del miele e dell' insetto che lo produce si perde nella « notte dei tempi » Giustino ci racconta che Gogora o Gorgoride, il più antico re dei Cuneti (un popolo che abitava la Celtiberia) insegnava ai suoi sudditi a raccogliere il miele.

Seguendo Virgilio, Apollonio Rodio, Plinio, e anche Giustino, Aristeo figlio di Apollo e della ninfa Cyrene, dopo aver percorso diversi paesi fu fatto re d' Arcadia e insegnò agli uomini la coltura delle api.

Ovidio attribuisce a Bacco la scoperta del miele.

Un giorno, il dio ritornava dalle rive dell' Ebro insieme con Sileno e coi Satiri. Era già sul monte Rodopo, quando i suoi compagni si misero a suonare i cembali. A quel rumore un nuvolo di bestioline svolazzò nell' aria. Bacco le riunì tutte nel cavo di un albero e potè così prendere il miele.

Sileno allora incominciò a cercar api, per poter gustare nuovamente il dolce sapore: e le vide in un altro cavo d' albero. Tirandosi su per i rami a forza di braccia cercò il miele nel cavo; ma ne uscirono invece centinaia di api che orrendamente lo deturparono colle bucature dei loro pungiglioni. Sileno si lasciò cadere dall' albero e rotolò fra i piedi del suo asino che lo

prese a calci. Il disgraziato allora si mise a gridare finchè non vennero i compagni a soccorrerlo.

LASAGNE COL PROSCIUTTO.

Preparate un buon battuto di prosciutto e cipolline che farete sfrigger nel burro fino a che non sieno rosolati. Aggiungete sugo di pomodoro, qualunque avanzo di carne o di pollame finamente tritato e fate bollire per una diecina di minuti.

Mettete nella salsa un buon pezzo di burro, una scodella di parmigiano grattugiato e condite le lasagne.

POLPETTINE DI CARNE.

Si trita finissima della carne già cotta, come lesso, arrosto, umido, ec; poi si fa un soffritto di burro e cipolla e vi si mette la carne, facendola soffriggere per alcuni minuti e aggiungendovi qualche goccia d' acqua tepida o di brodo perchè non si attacchi. Si prepara quindi una pasta di latte e farina che si fa cuocere sino a che sia divenuta densa e si unisce alla carne, insieme con noce moscata, sale, pepe, due uova e formaggio grattugiato. Si lascia raffreddare, indi si fanno delle pallottoline che si dorano, s' impanano e si friggono.

VITELLA ARROTOLATA.

Procuratevi delle belle e larghe scaloppe di vitella di latte; battetele e saleggiatele: preparate un buon composto di salsiccia, fegatini di pollo spinaci cotti nel burro; distendetelo sulle scaloppe, arrocchiatele, legatele con uno spago sottile e mettetele a rosolare in una casseruola con un bel pezzo di burro. Cuocetele quindi adagio adagio con piccolissime addizioni di brodo, acqua tepida o sugo di pomodoro allungato.

Le servirete con una buona purèe di patate.

SCALOPPINE VERGINALI ALLA VIENNESE.

Procuratevi dei petti di pollo, schiacciateli bene sul tagliere, salateli, passateli al bianco dell' uovo e al pangrattato composto di sola mollica di pane. Fateli frigger dolcemente nel burro e prima di servirli versate nella teglia un buon bicchiere di vino bianco.

Servite in un vassoio contornato di spicchi di limone e di qualche ciocca di fiori d' arancio.

RISO CON LO ZIBIBBO O UVA MALAGA.

Si fa cuocere il riso nel latte, mentre in altra parte si fanno gonfiar nel latte dei chicchi di zibibbo o di uva malaga. Quando il riso è cotto, i chicchi gonfiati si mescolano e si versano sul composto tre torli d' uovo e i tre chiari

sbattuti separatamente, s' inzucchera a piacere e si rovescia il riso in uno stampo caramellato che si mette a bagno maria per tre quarti d' ora.

La proporzione è di tre uova su cinquanta chicchi di zibibbo, 150 grammi di riso e 150 di zucchero.

Il veleno delle anguille.

Il nostro grande fisiologo, Angelo Mosso, ha fatto un' importante scoperta. Raccogliendo sangue di anguilla, ha verificato che il siero possiede un sapore particolare, qualche cosa fra il salino e l' acre, che ricorda moltissimo quello del fosforo e della bile.

Questa sensazione è caratteristica e procura quasi sempre un' impressione dolorosa. Il siero è un potente veleno: tanto è vero che un cane, del peso di quindici chilogrammi su cui venne praticata una iniezione di questo siero, morì in 7 minuti, e l' autopsia non rivelò alcuna lesione, nè traccia di coagulazione del sangue.

Risulta da esperienze fatte che basterebbe poco più di un centimetro cubo di sangue d' anguilla per uccidere un uomo.

Ma.... gli amatori si rassicurino; prima di tutto il veleno contenuto nel sangue delle anguille non ha effetto tossico che per inoculazione e poi, per esser cotti a puntino, questi pesci sono sottoposti a una temperatura di 100 gradi

che calma come per incanto le tendenze venefiche delle colpevoli anguille.

Attenti dunque alle sbucciature, chi pulisce le anguille! per inoculare il veleno basta un semplice graffio!...

ZUPPA ALLA RUSTICA.

Si fa un grosso battuto di cavolo, cipolla, sedano, carota, prezzemolo, prosciutto grasso e magro e sale e pepe quanto occorre. Si fa sfriggher nell' olio e quand' è rosolato si aggiunge del pomodoro colato in quantità sufficiente.

Intanto si arrostiscono delle sottili fette di pane, si spalmano di burro fresco e si mettono in fondo alla zuppiera su cui si versa il liquido bollente.

UOVA A ROTELLINE.

Si lessano, si sgusciano e si lasciano freddare: poi si tagliano a rotelline.

Si prepara quindi una salsa di acciughe, burro e capperi e si ricoprono le uova che si possono mangiare come piatto a sè e anche come contorno al lesso e all' arrosto.

TONNO COL CAVOLO.

Procuratevi del tonno conservato; lavatelo

con acqua bollente e pestatelo bene sul tagliere fino a ridurlo in minuzzoli.

Conditelo con due uova, poco sale, pepe, una midolla di pane inzuppata nel brodo e una cucchiaiata di parmigiano.

Fate quindi lessare in un paiuolo un bel cavolo dalle foglie bianche e stese che staccherete delicatamente ad una ad una perchè non si aprano. In ognuna di queste foglie versate una cucchiaiata del composto, formatene una specie di valigetta ben chiusa, intridetela nell' uovo sbattuto, quindi nel pangrattato e friggete nell' olio bollente.

Queste valigette di tonno si servono con molti spicchi di limone.

UOVA CON LE MANDORLE.

Si fa bollire del buon latte senza spannare con dello zucchero e un po' di scorza d' arancia.

Si toglie quindi dal fuoco e quand' è un po' freddato, vi si versano sei rossi d' uovo frullati e una proporzionata quantità di mandorle dólci schiacciate nel mortaio. Si amalgama bene il tutto e si versa in uno stampo. Si cuoce a bagno-maria.

Bastano dieci minuti. Si sforma e si serve freddo.

A bocca dolce.

Si possono sempre coordinare tutti fatti della vita a qualche gran legge che li governa, o a qualche altro fatto o idea generale sotto cui si svolgono. Ed io pensavo se non fosse stato interessante rievocare con poetica fantasia tutte le dolcezze materiali della vita non comprendendovi l' amore, e accogliendovi invece la memoria dei cioccolatini e della panna montata; lo scandagliare con una rapida occhiata tutto il *dolce* dell' esistenza, dai primi sorsi di *giulebbe* all' ultima goccia di alkermes che irrora le labbra riarse del moribondo. V' è tanto *amaro*, in questo bassa terra! Non è bene, forse, vedere ciò che sulla bilancia del destino, pesa di più?

Perchè il sapor dolce colpisce ed attira? per qual ragione fisiologica quel misterioso stimolo irradiandosi in mille fili deliziosi per tutta la lingua e il palato ci procura una sensazione così suggestivamente soave? Il *dolce* è il più giovane, il più puro, il più primitivo dei sapori. Tutto dovrebbe esser dolce nel mondo. La parola *dolce* è la sintesi della felicità.

E quando siamo bambini che speranze fioriscono tutt' a un tratto nell' anima, allorchè il passo della mamma e del babbo rallenta, mentre ci avviciniamo a qualche lussuosa pasticceria! con che tremito di gioia e di piacere entravamo dentro, con qual religioso timore ci accostavamo al banco sacro su cui troneggiavano, coperte

dalle moscaiole, i mucchi delle paste, o come dicevamo nel semplice linguaggio infantile — delle « *chicche!* ».

Se v' è un momento angoscioso nell' anima di un bambino è certo quello nel quale s' invita a scegliersi un dolce. Scegliere! ma può mai *scegliere* un bambino; può mai definire, restringere, limitare il suo desiderio, un desiderio immenso, vergine, primitivo, spontaneo di tutte le cose, una bramosia infinita di rivelazioni, un' ansia di vita? Scegliere! un bambino, scegliere! Ma egli non può e non potrà mai. Tutto un mondo di sapori si addensa nel suo palato, tutto un mondo di profumi gli sale per le narici delicate; le maddalene, i budini, le torte, i soffici pasticcetti di carne, i *krapfen* dorati cosparsi di zucchero, i diti d' apostolo gialli d' uovo e gonfi di crema, le sfoglie enormi che attirano subito i suoi occhi, i tenui bastoncini di cioccolata che s' accumulano sui vassoi, i molli cilindrotti di marzapane stillanti di marsala, tutti gli infiniti dolci di una pasticceria gli cantano un inno glorioso. Alla sua vista estatica si rivela tutto un poema di zucchero. Signore Iddio degli eserciti! Volete fare scegliere un bimbo? Egli vi guarderà stupefatto, coi grandi occhioni pieni di desiderî e di sogni; egli aspetterà da voi la « *chicca* che consola » e il « liquore che inebria »... oh sceglierà, sceglierà da grande, quando sarà vecchio, triste, e solo, quando nessuna mano amorosa s' accosterà alla sua, quando egli potrà liberamente volere, senza la dolcissima contrarietà di trovare chi gli si opponga.

Pochi minuti di tempo, dedicati quasi intieramente a una breve soddisfazione del gusto non dan modo di giudicare il *pubblico* delle pasticcierie, nè osservarlo minuziosamente è molto facile: ognuno pensa alla sua gola e al suo stomaco: ma pure — di tratto in tratto — fra un biscotto e un bicchiere di marsala, fra un *sandwich* al burro e un Fernet-Branca, v' è modo di esplorare, magari in un attimo, sia pur con uno sguardo, l' oscuro mondo interno di una psiche ghiottarella. Chi si avvicina ad un banco di pasticceria ha un piano di guerra da svolgere; il suo appetito o la sua ingordigia sono in conflitto con la civiltà ufficiale; l' acquolina in bocca che accumunerebbe la gola dell' uomo, agli istinti del cane è dissimulata dalle apparenze rispettabili; noi ci leviamo il guanto unicamente per riflessione, senza di che ci precipiteremmo sulla preda.

Osservando il numero dei pasticcini inghiottiti da un individuo, e il modo col quale egli li sceglie si possono fare delle preziose osservazioni di carattere.... speculativo. Tutti i consumatori si dividono in tre grandi categorie, sfuggite fin' ora all' occhio della maggioranza: coloro che mangiano un solo pasticcino, coloro che ne mangiano due, coloro che ne mangiano tre.

Chi mangia un solo pasticcino? Chi non ha fame; chi entra nel negozio con l' aria annoiata del *flaneur*: chi è attratto — come una farfalla, — dalla luce e dalla bellezza. Allora si sceglie a caso, con aria trascurata, e si mangia a piccoli morsi, guardando con molto interesse la strada,

se si è uomini, o l' ampio specchio se si è donne. V' è un secondo gruppo di individui che mangiano un solo pasticcino: quelli che — dopo — non bevono nulla e scappano lesti lesti dalla bottega come se avessero i birri alle calcagna. E perchè non bevono? perchè non avevano che quei due soldi, lungamente accarezzati nelle complici ombre della tasca. Tornate dunque, tornate dunque a galla, vecchi ricordi dell' infanzia birichina e spensierata!... *Oú sont les.... gateaux d' antan?*

I mangiatori di due pasticcini sono i professionisti delle pasticcerie, quelli che capitano in bottega quando i dolci sono appena usciti di forno, e sanno perfettamente quali debbano preferire, e conoscono quali sieno cotti col burro e quali col lardo. La mano, appena uscita dal guanto si scaglia sulla vittima, e il croccante pasticcino sparisce in brevi bocconi nell' ampia gola del ghiottone, lasciando appena una lieve infarinatura di zucchero sugli angoli delle labbra. E l'ultimo pezzetto di marzapane è appena inghiottito che la mano torna a vagare minacciosa sui piatti, come un grosso fuco o una gialla vespa ronzanti sulla corolla delicata delle rose.

Un altro frettoloso muoversi di mascelle, una timida leccatina alle labbra, un sorso di marsala o di vin santo.... e le velette si abbassano, e i baffi riprendono la posizione normale di conquista e di lotta....

Consummatum est!

Chi mangia tre pasticcini?

Ah, questo bisogna che ve lo dica in un orec-

chio, con molta discrezione, a bassa voce, e non senza una tal qual puntarella di malignità. Conoscete voi i matematici dell' esistenza, coloro che occupano la vita soltanto nel calcolare gli effetti probabili dei loro atti? Son loro, i perfidi, che mangiano tre pasticcini a brevissima distanza l' uno dall' altro. Un po' di aritmetica, vi prego. Tre pasticcini, dei migliori e dei più croccanti (sono preferibili, tra parentesi, quelli di carne) trenta centesimi; un bicchiere di marsala, anche doppio, quaranta centesimi. Quaranta e trenta settanta. Con una somma così inferiore anche ai prezzi normali di una poverissima gargotta, si poteva fare una colazione equivalente in una trattoria, in una di quelle fiere e terribili trattorie, luoghi di dannazione e strade dell' inferno,che l' austera morale dei padri nostri permetteva alle famiglie soltanto nelle grandi solennità civili, e che si intravedeva — a distanza — dalle fanciulle e dai giovanetti come un candido sogno allietante col suo indimenticabile fascino le tristezze vespertine?

Quaranta e trenta, settanta. Con settanta centesimi, in trattoria, non si comincia nemmeno — conclude il matematico ghiottarello. — E mangia furtivamente tre pasticcini mettendo in opera tutto il machiavellico ingegno perchè il giovine del negozio o il pubblico astuto non s' accorgano della tenebrosa macchinazione. È una battaglia contro l' amor proprio che si tratta di vincere; è un' economia che deve cangiarsi in prodigalità, è una sostanza che deve salvare le apparenze. In verità il matematico mangia-

tore di tre pasticcini con la sua ipocrita ghiottoneria, col suo calcolo avveduto, mi sembra una di quelle monete di cioccolata, ricoperte di stagnola, che viste da lontano, nelle vetrine, fanno l' effetto di una moneta da cinque lire. Ci si avvicina, e l' inganno è scoperto !...

*
* *

Lettrici colte, sapete chi sieno in letteratura, i « poeti minori » ? — Tutta brava gente che vien dietro al genio come un branco di cavalieri che segua l' ardito signore, tutti ingegni fiorenti che spesso danno del filo a torcere al principale « vincitore dei secoli ».

Anzi spesso spesso i « poeti minori » sono molto più simpatici dei « poeti maggiori. » Forse perchè — in faccia ai posteri — non debbono recitare una parte. — Anche la pasticeria ha i suoi poeti minori ; l' esercito innumerevole dei confetti muti e parlanti, dei biscottini, dei torroni, dei ricciarelli, degli anaci, delle caramelle, delle pasticche. Ognuno di questi gruppi ha una leggenda, un compito, una missione. Ogniuno di questi microscopici dolci ci suggerisce una fantasia, ci rievoca una tradizione ci ricostruisce una storia. Dinanzi all' acceso pensiero splendono lontane immagini di amore e di dolore, memorie liete di dolci feste famigliari, di battesimi, di nozze, di gioconde esultanze. Ad Archimede si attribuisce l' orgogliosa massima : datemi un punto di appoggio e vi solleverò il mondo. Io — meno orgoglioso — e *pour cause* — del distratto

matematico siracusano — bandisco ai quattro venti il mio credo: « datemi un biscottino e vi ricostituirò il passato! »

Che ne pensano i fautori della critica storica? Questa proposta dovrebbe interessarli.

*
* *

L' argento, ovverosia la stagnola (nel caso dei dolci le due parole sono sinonime) è stata la materia prima su cui la fantasia del fanciullo ha potuto lavorare. Tutti abbiamo desiderato con vivissima ansia, da ragazzi, l' involucro splendente dei panforti, dei gianduiotti, dei pani di cioccolata, dei *plum-cakes*. Appena giunto nelle nostre mani, sotto l' azione industre del temperino, delle unghie e *(pardon !)* della saliva essa ha subito le più strane, inaudite metamorfosi. Nulla di più facile che la stagnola di un panattone abbia dato vita alle più raggianti manopole che abbiano mai brillato sui polsi di un guerriero medioevale, nulla di più comune che vederla ricoprire di una veste lucente, e meravigliosa i soldoni sudici e neri, con rabbioso stupore dei bambini troppo piccoli che non si sanno spiegare il cambiamento improvviso, nulla di più frequente che vederla scintillare in numerose decorazioni artificiali sul petto di un Napoleoncino in erba. Chi non si ricorda di avere commesso, nei suoi giovani anni, qualcuna di queste grandi e pur rimpiante sciocchezze ?

*
* *

La leggenda biblica racconta che il signore Iddio creò l' uomo col fango; l' uomo — più ghiotto — ha creato colla cioccolata tutte le cose necessarie e tutte le superflue, — monete, cani, fantocci, monumenti, armi da fuoco, e perfino sigarette. L' ha ficcata dappertutto: nel latte, nella panna, nella crema, nel caffè, ed ahimè... perfino nella carne in umido!.. e il dolce e forte, il piatto più mostruosamente ibrido che si possa immaginare, è apparso nella nostra cucina.

Ora, quando il *dolce* è diventato dolce e forte, l' argomento si può dire sfruttato. La fantasia non può più sbizzarrircisi. Il rapsodo attacca al muro la vecchia lira e.... molto spiritosamente, si cheta. Chi potrebbe dare il torto ad un poeta aristocratico che sdegnoso di celebrare i fasti di una *mésalliance,* preferisce di rimanere in silenzio?

Ho detto.

MANFREDO BACCINI.

RISO CON ZUCCHINI.

Si fa sfriggere nella casseruola un bel pezzo di burro con un pizzicotto di sale; quand' è divenuto color d' oro, si versa nella casseruola il riso occorrente e si agita fortemente per un minuto o due, avendo cura che non si attacchi. Si ricuopre quindi d' acqua e si fa bollir lentamente fino a che non sia cotto. In quel mentre si friggono nel burro degli zucchini tagliati a sottilissime fette e si versano, bollenti, sul riso dopo aver condito quest' ultimo con altro burro, parmigiano e — avendolo — sugo di carne.

BRACIOLETTE ALLA MARMARA.

Si friggono leggermente nel burro delle bracioline di vitella e si ritirano dal fuoco. Quindi, una per una, si ricuoprono di prosciutto in modo che la carne rimanga fra le due fettine. Tenendo bene stretti i tre pezzi, s' immergono nell' uovo frullato quindi nel pangrattato e si tornano a friggere. Quando hanno preso un bel color d' oro si ricoprono con una salsetta di pomodoro o di acciughe e capperi e si servono. Si capisce che nelle due salse occorrono nuove addizioni di burro.

AGNELLO UBRIACO.

Si lava bene l' agnello con aceto allungato,

poi si stecca con ramerino, prosciutto, sale, pepe e chiodi di garofano.

Si mette quindi in una casseruola con olio abbondante e si fa rosolare finchè non abbia preso colore. Quindi si diminuisce il fuoco e si porta lentamente a cottura. Prima di servirlo si scola dall' olio se ce n' è, e si rimette sul fuoco. Quando ha ripreso il bollore vi si versa sopra un mezzo bicchierino di vino vecchio, si lascia consumare e si serve.

LE MONACHINE.

Si prendono delle bellissime ciliege e si cuociono in una mescela di acqua, zucchero, alhermes e cognac.

Quando sono cotte si lasciano raffreddare e si servono sopra un letto di panna montata in gelo.

Cucina... francese.

« *Cucina francese* » è una frase usitatissima, « che designa uno special modo di cottura e di condimento ». Così lessi negli appunti del mio bisnonno, un vecchino simpatico che ai suoi tempi dovè tener certo lo scettro della ghiottoneria. E la definizione è appropriatissima: si chiama infatti « cucina francese » un sistema gastronomico a base di burro, di marsala, di mille leccornie delicate e gustose. La « cucina francese » disdegna tutto ciò che è forte, saporito, ricco di condimenti e di droghe. Non c' è nulla di più antifrancese che i maccheroni alla napoletana, le tagliatelle alla romagnola, lo stufato alla fiorentina, il risotto alla milanese. Sono tutti piatti robusti, acri, densi di sapore. Un piatto, invece, che si avvicina alla cucina francese, è la « *fondua* » piemontese, quel delizioso miscuglio di gruyeré, di parmigiano e d' nova che dopo essersi « fuso » nel tegame si « fonde » anche in bocca, procurando al nostro palato uno delle sensazioni più voluttuose che si possano immaginare. Ora, se la cucina italiana è più appetitosa, la cucina dei francesi è più delicata. I fratelli d' oltr' alpe sono ghiotti; noi, invece, in confronto siamo voraci.

*
* *

Rudimentale nel medio-evo la « cucina » aveva fatto dei grandi progressi alla corte dei duchi di Borgogna, sia a Digione, sia — soprat-

tutto — nelle feste pantagrueliche di Lilla e di Gand, in cui si accalcavano la nobiltà e la borghesia fiamminga, eleganti e ghiottissime.

Le guerre d' Italia contribuirono al progresso della cucina francese, e sotto Enrico secondo, si citano molti grandi personaggi che furon degni di occupare un luogo onorevole nella storia, per la loro.... ingordigia.

Le guerre di religione finirono col compromettere tutto. Misero in fuga le Muse. Gli incendï delle lotte civili nocquero ai fornelli e fecero passare in seconda linea le casseruole; nel tumulto delle discussioni teologiche, la gastronomia rimase dimenticata.

Finalmente Enrico IV strappò la Francia a questi orrori; ma la cucina per questo non si avvantaggiò: il figliuolo di Antonio di Navarra, il corteggiatore e il marito di Margherita di Valois, era un fiero paesano, un guerriero intrepido, un eccellente schermitore, un re avventuroso, un galante cavaliere, ma non era un ghiottone. Desiderava che ogni Parigino avesse un pollo in pentola tutte le domeniche; ma non incoraggiò l' arte, nè con la munificenza dei doni, nè con la virtù dell' esempio. Egli — per dir tutto in una parola — fu un innamorato... platonico. Per fortuna, venne il seicento, che rimise le cose al posto.

Sotto il regno di Luigi XIII, insieme con Descartes, Corneille, Rotron, Voiture fiorì anche la gastronomia e i cuochi furono fecondi quanto i poeti: anzi, se non temessi la volgarità del *calembour*, avrei il coraggio di sostenere

che gli uni e gli altri furono abilissimi nel comporre.... pasticci.

L'esempio veniva dall' alto. Il triste figlio di Enrico IV, quel re egoista che rispondeva (quando lo chiamavano) al nome di Luigi XIII era un perfetto cuoco. Non amava nessuno al mondo; ma — in compenso — adorava la cucina. Si racconta che egli fosse abilissimo nel preparar conserve e conoscesse ventisei maniere differenti di cuocere le uova. Così afferma uno storico rispettabile, e gli storici, soprattutto quando sono rispettabili, vanno creduti.

*
* *

Pure Luigi XIII non era ghiotto. Simile al « Marzocco » della prima maniera e ai poeti individualisti contemporanei egli amava l' arte per l' arte. Cucinava benissimo, ma mangiava poco.

Volete una prova chiara e lampante delle mie affermazioni? Eccovi un *menu* di un pranzo di Luigi XIII, estratto con tutta la scrupolosità di un critico storico moderno, da una cronaca dell' epoca: Desinare (a ore 10). Due patate lesse, minestra di cappone (a quei tempi la parola minestra stava a significare un gran piatto di carne o di pesce lesso con contorno di legumi); vitello.... lesso, si intende; poi gelato, torta di patate, pere candite. Una cosa nauseante quanto regale, insomma.

Cena (ore 6 pom). Zuppa; stufato, conserva, carne lessa e.... basta. Molto pane e vino comune da pasto.

Il regno di Luigi XIV inaugurò l' era della cucina francese.

Come le lettere, anche i fornelli ebbero i loro grandi uomini. Vatel fu conosciuto più di Molière; e il Marchese di Béchamel creò un' epoca.... volevo dire una salsa. Infatti la « besciamella » o « balsamella » è giunta fino a noi.... come il « *Tartufo* » e forse con più fortuna, Dio sa perchè....

Sotto Luigi XIV l' appetito francese raddoppiò. Il « re sole » mangiava con uno slancio indecoroso. Stando a quel che racconta la duchessa di Orleans, sua cognata, egli si divorava, in un solo pasto « quattro scodelle di minestra, un fagiano intero, una pernice, un piatto di insalata, due fette di zampone, un quarto d' agnello arrosto e un piatto di pasticcini ». Il « simposio » si chiudeva con una profusione inverosimile d' uova e di frutte.

Luigi XV fu più delicato del suo illustre predecessore. Non gli piacevano che i cibi molto fini, e cucinati con grande eleganza. Si debbono a quest' epoca i filetti alla parigina, i capponi ripieni e la salsa *majonnaise*.

Luigi XVI più che un ghiottone fu un mangione. Egli era addirittura lo schiavo dei propri bisogni: nel tempo della sua prigionia il comitato rivoluzionario spese un occhio per dar da mangiare — abbondantemente — all' infelice sovrano e alla sua famiglia. Quantunque il dolore lo impietrasse, il suo stomaco funzionava a meraviglia. Il giorno antecedente alla sua morte pranzò — dicesi — col consueto appetito.

La rivoluzione interruppe bruscamente i piaceri della gastronomia. Soltanto con la pace, i salotti da pranzo si riaprirono e i fornelli si riaccesero. — Il secolo che era cominciato coi pranzetti della « Reggenza » finì coi grandiosi banchetti del Direttorio.

« *Tout s' arrange en diners dans le siècle on nos sommes,*
Et c'est par des diners qu'on governe les hommes ».

così cantava Berchoux.

La cucina francese ha quindi un' importanza mondiale. Noi anche volendo, non potremmo emanciparcene. Bisognerebbe abolire le zuppe alla *santè,* i *petites boucheès,* la *mayonnaise,* le *purées,* il *vol-au-vent,* i « *croque en bouche* » e chi più n' ha più ne metta.

Non è dunque — come molti potrebbero credere — una semplice quistione di filologia !...

ZUPPA VERDE COL BRODO.

Si lessano degli spinaci e si strizzano ben bene e si amalgamano con un po' di sale, pepe, l' odore della noce moscata, gruyêre grattugiato; un torlo d' uovo e una cucchiaiata di farina. Si formano tante palline poco più grosse d' una nocciuola e si infarinano. Si stendono poi sopra un' asse di legno perchè prosciughino almeno

una mezz' oretta e si versano nel brodo quando bolle. Dieci minuti di cottura bastano. Si serve in scodelline verdi.

LESSO ALLA GIARDINIERA.

Bisogna lasciar raffreddare il lesso eppoi tagliarlo a fette rotonde e disporle sopra un vassoio.

Intanto si sarà preparato un battuto formato di prezzemolo fresco, un *mezzo* spicchio d' aglio, qualche cappero e un paio di acciughe e qualche goccia di aceto o di limone. Con questo battuto tritato finamente tanto da farlo parere un unguento, si spalmano le fette della carne e si serve il tutto in mezzo a un gran trionfo di prezzemolo fresco tra cui s' affaccino delle testine rosse di radici.

FAVE AL PROSCIUTTO.

Bisogna procurarsi delle fave freschissime, non troppo grosse e scottarle (non lessarle) in abbondante acqua salata. Sgrondate, si versano in una casseruola e si fa loro prendere sapore con un grosso pezzo di burro. Si servono in un vassoio sopra uno strato di prosciutto cotto.

FRITTELLE DOLCI ALLA TUNISINA.

Si fa una pasta *molto densa* di farina bianca, acqua e due o tre uova. Si sala appena e si

amalgama con i piccoli dadi di candito, uva passa, pinoli tostati, pezzetti di mandorle, zucchero e un pizzico di bicarbonato. Quando l' olio frigge bene in padella, vi si versa questo composto a piccole cucchiaiate.

Prima di servirle si ricuoprono di zucchero alla vainiglia. Alcuni aggiungono qualche goccia di acqua di rose: il che, se rende le frittelle più turche, non le fa sempre più gustose.

L' evoluzione della merenda

Della parola evoluzione si è abusato e si abusa ogni giorno profondendola in tutti i periodi suggeriti dalla vanità e dalla retorica. Per chi l' usa — come dilettante — i nomi di Lubbok, Darwin, Spencer, sono tre incognite paragonabili alle incognite di che s' infiorano i problemi algebrici dei liceisti. Moltissimi l' han trovata e la condiscono in tutte le salse, mettendola in campo tanto più spesso quanto meno la capiscono, e facendosi meritori presso gli ignoranti che ammirano soltanto ciò che non intendono. Questa parola « evoluzione » dev' essere pur bella, dal momento che tutti i letterati l' usano e corre perfino alle labbra del predicatore nell' epoca dei quaresimali! Non so che significhi; ma non disdice il valersene sapientemente per dar nerbo

e vigore a un discorso spampanato, flaccido e vuoto. E l'oratorello prosuntuoso s'ammanta d'« evoluzione » rubata alla gente istruita, come l'uccellaccio leggendario dalle policrome penne di pavone. Dicerto nelle conversazioni domenicali e con « *la ragazzina dei suoi pensieri* » farà una discreta figura.

*
* *

Visto dunque che la stessa benedetta evoluzione gabella per buona una quantità di merce avariata e copre con la sua etichetta di parolona scelta tutte le incoerenze, le contradizioni, la assurdità, i capricci, i ripicchi, e i pentimenti dei « girella » umani, voglio per una volta tanto adoperarla in un significato nuovo, e forse con più precisione concettuale e linguistica. Dovendosi discorrere della merenda e delle sue infinite sfumature — dal pezzo di pan solo al thè danzante, — è meglio chiamare evoluzione, quello che dovrebbe dirsi una ingiustizia solenne. Per lo meno eviterò la facile accusa di incitare i lettori all'odio di classe, e non incapperò certo nelle terribili antipatie del procuratore del Re. Secondo gli scienziati l'evoluzione « è una integrazione di materia »; per le persone normali è un processo successivo pel quale dalle forme più semplici e primitive si giunge a quelle più complesse. Dalla monade all' uomo per il filosofo inglese, dal pan solo al thè danzante per me. La merenda quindi,

come tutte le istituzioni umane, ha la sua evoluzione. E sia vituperato chi non lo crede! E come dell' evoluzione animale sono fattori principali la selezione e l' ambiente, così della mia sono cause importantissime la ghiottoneria e i quattrini.

*
* *

Gastigo per i ragazzi disobbedienti e insubordinati, abitudine economica per gli operai, i lavoranti, i manovali e i muratori, rabbia impotente per tutti i poverini che lo mangiano per non aver altro da sgranocchiar sotto i denti, il pan solo mi sembra un' assurdità gastronomica. Non mi pare che ci sia bisogno di esaltarne la virtù dal momento che la nostra civiltà ha creato il *companatico*, e dal momento che i fornai non lo danno gratis. Capisco la « lode dell' acqua »; ma non quello del « *pane quotidiano* » di cui dopo tutto è limitatissimo l' uso. Speriamo che la « chimica dell' avvenire » sappia trovargli un simpatico surrogato. Frattanto io credo che il « pan solo » sia diventato poetico, unicamente perchè si dà a mangiare agli altri, sia in realtà, come nei componimenti scolastici. Se dovesse mangiarlo chi lo esalta, ne infarcirebbe il ricordo a furia di maledizioni. Ora però il pane quotidiano si dà ai poveri gratis, nelle varie istituzioni benefiche... che fruttano merito ai ricchi; e i poveri lo mangiano con molta avidità, certo ossequenti ai nostri principi d' estetica.

Noi moderni siamo grandi, non c' è che dire. Fedeli alla sublime massima del vangelo che consiglia di divider la mensa col fratello che ha fame, se per caso abbiamo per noi pane e formaggio ci teniamo il formaggio, e agli altri diamo.... il pane. O non è una divisione giusta, specialmente dal punto di vista di chi non è povero?

Se non temessi di passare per istravagante e di voler nascondere sotto la profondità del paradosso una verità accettata ormai da secoli, affermerei che il pane, di per sè stesso, è odioso; è un vitto da passerotti applicato all' umanità per economia: se infatti fosse un cibo ideale perchè ne gratificheremmo soltanto i delinquenti e i miserabili? Noi rifuggiamo naturalmente dall' idea del pan solo e c' è voluto soltanto l' arguzia spietata e l' indifferentismo dei Toscani per sostenere che un povero muratore che mangi a piccoli bocconi un pezzo di pane duro come il sasso fa la sua merenda a « pane e coltello »....

Pure, inveire contro ciò che ha tutta una « storia » per sè, non è delicato. Un giornalista mio amico che tentò meco inutilmente una polemica direbbe che io faccio — a proposito del pane — una pseudofisiologia per la ricerca dell' effetto. Avviamoci dunque verso il thè danzante. Avanziamoci verso l' organismo complicato, dal momento che la monade è esaurita....

*
* *

L' organismo più complicato, in fatto di merenda rappresenta il pane con qualche cosa.... e questo qualche cosa è un' inezia; un pezzettuccio di formaggio avanzato agli opimi banchetti della vigilia, una manata di nocciole, qualche sottile fettina di salame....

— Mi dia un soldo di qualche cosa! — dicono, umilmente certi poverini, entrando nella bottega di un pizzicagnolo. E quegli nelle sua pacifica boria di negoziante arricchito: — Di qualche cosa.... Ma che cosa ti piace? — Quasichè con un soldo si potesse comprare una forma di gorgonzola o un prosciutto affumicato!... Il poverino sta zitto, e allora l' uomo che « fa bene i suoi affari » dà per quel soldo, una fogliata di ritagli....

— Non lo sapete, nevvero, lettrici intellettuali, che cosa sono i ritagli? sono le corteccie nauseabonde del formaggio, le buccie lasciate un po' grasse dei salumi insaccati, i minuscoli frammenti degli avanzi di arista o di roastbeaf lasciati imputridire sul banco, i resti, pressochè marci, dei salami e dei prosciutti.... Oh, deliziosa signorina, graziosa divoratrice di *marrons glacées* e di *sandrich* di fegato grasso, pensate un momento a quei terribili ritagli di cui si cibano quasi ogni giorno i vostri fratelli, pensateci in nome della carità e del dolore! Ah, se l' igiene dei libri andasse di pari passo con l' igiene del cuore! Sapeste com' è raro il fatto della pietosa bambina che in mezzo alla strada spa-

lanca il paniere pieno d' ogni ben di Dio e ne spartisce il contenuto col povero fanciullo affamato!

*
* *

Il pizzicagnolo, l' uomo generoso a cui ricorrono quotidianamente i diseredati della fortuna, tanto per dare un sapore agliaceo al condannato pan solo e che ha tanto più grosso il patrimonio quanto più sottili sono le fette delle sue carni e dei suoi salumi, è — gastronomicamente parlando — un tipo *sui generis:* qualche cosa di mezzo fra il trattore e il venditore ambulante. Le sue astuzie di commercio, conosciutissime, gli dan modo di far grossi guadagni sulle merci. Egli con molto spirito e moltissima cordialità, vende per trenta ciò che gli costa due; ma tutti sono contentissimi di farsi così bonariamente defraudare. E quando il danno del terzo non c' è, o almeno questo famoso « terzo » non lo deplora, non abbiamo motivo di lite e tutti pari. — E al mattutino distributore di carni suine e di formaggi accorrono in massa i corpi dei discepoli, e ahimè, anche quelli degli insegnanti che dati i lauti compensi dei municipi italiani, sono smilzi più del verosimile. In quelle distribuzioni mattutine ai ragazzi e alle maestre l' unità monetaria è il « *diecione* »... quando c' è. Ma spesso — mie ghiotte signorine — manca anche l' unità monetaria, ed io mi ricordo non senza che un nodo di lacrime mi stringa la gola la pietosa astuzia di una mae-

strina la quale per non parere, in faccia agli scolari spesso così involontariamente crudeli, di non mangiare il pane solo, lo portava a scuola spaccato in due e lo mangiava ghiottamente premendolo ogni tanto come se contenesse una fetta di carne saporita. Invece dentro non c' era nulla. Come sarebbero volgari, tutte queste cose, non è vero, se non fossero strazianti?...

Ma il sentimento, trattandosi di evoluzione è fuor di luogo. Passiamo dunque ad un organismo più perfezionato, cioè alla merenda d' indole familiare che ora, però, non usa più. Come certe razze distrutte dalla ferocia umana, così vi sono delle piccole abitudini e delle microscopiche istituzioni che ci han fatto felici un tempo e che ora sono distrutte irrimediabilmente dalla nostra inestinguibile sete di modernità.

La « *merendina* » del passato, fatta dopo scuola, coi compagni e coi fratelli, magari su un cantuccio della tavola di cucina ricoperto alla meglio da un tovagliolo aveva un non so che di deliziosamente intimo.

Non era lauta, tutt' altro; ma bastava quel po' di burro, quelle due frutte, quel pezzettino di carne, quel mucchietto di legumi rubato al piatto maritale dalla inesauribile bontà delle mamme, per farci felici. In quel cantuccio di tavola stava tutto un mondo di desideri, di sogni e di ghiottoneria. I ragazzi non fumavano ancora le sigarette, non bevevano l' assenzio, non si attentavano a far la corte alle ragazzine delle scuole normali, nè tenevano il revolver pronto sotto il capezzale per suicidarsi in caso di un

insuccesso scolastico; ma correvano lietamente, e lietamente gridavano quando la gentilezza della mamma e della nonna li invitavano a *merendare*, commosse dalla vivacità dei loro giovani stomachi. E se qualche santo scapaccione volava tra i commensali fratelli, qualche bicchiere si rovesciava, o si rompeva qualche piatto, dopo una lacrimuccia, una paternale o una risata, tutto finiva allegramente. Ma allora la « *nevrastenia* » non era stata ancora inventata, e i bambini facevano da bambini.

*
* *

Lasciamo in pace il passato che non era *tutto* migliore del presente e veniamo attraverso i secoli alla « colazione » moderna, che dell' antica merenda non porta più nemmeno il nome. I bisogni dell' umanità affamata sono sempre crescenti, e specialmente i bisogni delle persone che per il solito mangiano bene. Gli altri.... non hanno storia. La miseria non ha evoluzione: è la stessa dalla creazione del mondo.

Ma la teoria evolutiva — chi legge non si spaventi della parola — è applicabile veramente alla « colazione » moderna, l' individuo gastronomico più complicato, l' architettonico disegno di un monumento di ghiottoneria. Si invita per il solito a colazione offrendo un pranzo, per provocare l' ammirazione, affermare la « possanza, » ed evitare la responsabilità; lo stesso avviene delle belle donne che si vantano della loro semplicità, sapendo che il grazioso visino ha il segreto di

tutte le seduzioni. Uovina non nate, crostini di caviale e tartufi, pasticcetti ripieni, arrosti delicati, dolci succulenti.... ecco i materiali dell' evoluta « colazione moderna » frizzante di vini e di piacevoli motti. Spesso si aggiungono i fiori in tavola se l' anfitrione è magnifico e tra i commensali gareggiano con quelli, altri deliziosi femminili fiori viventi: e allora l' « organismo » è più complicato e capace di suscitare nuove sensazioni, specialmente se i cibi sono squisiti e le signore belle.

*
* *

Dalla scimmia all' uomo breve è il passo — bestemmia Darwin. — La merenda primitiva si complica; e ai lussuosi *buffets* dell' epoca nostra s' aggiunge un elemento esotico, accettato ed esaltato per moda: il thè.

In un impeto di lealtà, tutti coloro che ho interrogato sul sapore del thè, han dovuto convenire che la bevanda cinese ha moltissimi punti di contatto colla scottatura di camomilla e di tiglio; ma hanno dichiarato altresì che essi lo bevevano.... per avere il diritto di mangiarsi molte morbide e saporite *brioches*, di imparare l' inglese, e di fare.... all' amore con le *misses* pudiche, gloria della puritana Inghilterra.

Ora vi par poco che una tazza di thè, una semplice tazza di thè possa esser « matre » di tanto bene? Non bisogna esser riconoscenti a un' istituzione quando essa ci dà, gratis, perfino il modo di imparare una lingua straniera e di ab-

bandonarsi alle più squisite emozioni di cui è capace un' anima « compresa »? Benediciamo il thè, il grande fabbricatore d' intellettuali, di linguisti e di mariti, e benediciamolo con tanto più ardore, se questo thè è danzante; se a tutte le molteplici sensazioni dell' evoluta merenda si aggiunge anche quella più soave degli abbracci e delle strette in nome della polca russa e del boston. E più di tutto sia benedetto il *povero*, l'incosciente « *galeotto* » di tanta ghiottoneria, di tant' arte e di tanto amore!...

*
* *

Pure, in mezzo a tanta evoluzione, la fame dei miserabili è rimasta la stessa e gli uomini politici e gli ecomisti si affannano a furia di interviste, di viaggi e di conferenze a cercarne le recondite ragioni.... E si è inventata l' Italia del nord e l' Italia del sud, il problema finanziario e il socialismo di Stato.... si è inventata soprattutto a proposito dell' appetito italiano una questione — che per istomachi affamati — non poteva avere un nome più felice e più proprio: la « *questione del mezzogiorno* »!....

Buon appetito a tutti.

MANFREDO BACCINI.

FARINA GIALLA ALLA CREMA.

Si cuoce una giusta quantità di farina gialla nel latte, in modo da ottenere una specie di crema un po' densa. Si sala leggermente e si condisce con burro, poco parmigiano e due rossi d' uovo, si serve tiepida.

ASPARAGI CON LE UOVA.

Tagliate le punte verdi degli asparagi e lessatele nell' acqua come se si trattasse di sparagi interi. Scolateli e metteteli in una casseruola con un pezzo di burro, sale, pepe e un po' di zucchero. Fateli sfriggere per qualche minuto sul fuoco ardente agitandoli sempre. Legateli quindi con due rossi d' uovo, aggiungete del burro e serviteli circondati con uova sode tagliate a spicchi.

CORATELLA COL MARSALA.

Procuratevi una coratella freschissima d' agnellino giovane. Lavatela più volte con aceto allungato e quando l' avrete ben prosciugata, tagliatela a piccoli pezzi che infarinerete e friggerete nel burro.

Quando la coratella avrà preso un bel colore dorato, bagnatela con un paio di bicchierini di marsala e lasciateli ritirare a poco a poco.

Datele quindi una stretta finale sopra un buon fuoco e servitela con crostini fritti nel burro e ricoperti di prosciutto.

DOLCI BIANCHI.

Preparate il giorno avanti della cottura un po' di riso cotto nel latte e ben sodo: mischiatevi una cucchiaiata di farina bianca, zucchero e due chiari d' uovo.

Quando sarete per andare a pranzo, tagliate questo composto a piccoli o grandi dadi o friggetelo in olio bollente o burro. Ricopriteli di zucchero e servite con un contorno di panna montata.

Questo dolciume un po' insipido per noi è molto apprezzato nei paesi del Nord e segnatamente in Germania.

Doveri dei padroni di casa verso i loro ospiti.

I.

« Invitare una persona a pranzo dev' esser lo stesso che volergli procurare tre o quattr' ore di godimento completo. »

Questa sentenza non nuova ne' pellegrina, deve star fissa in mente a tutti coloro che invitano qualcuno alla loro tavola. Si mettano bene in mente che i debitori sono loro e non i convenuti, poichè ciascuno pranza più o meno anche in casa propria, senza la seccatura di dover fare una toilette speciale e senza quella — più grossa! — di doversene tornare a casa, a ora tarda e, quasi sempre, a piedi.

II.

È bene che la padrona di casa abbia un salotto in cui trattenere i proprii invitati prima dell' ora sacramentale. In quei pochi minuti di aspettativa, ella dev' esser molto gaia, cortese, alla buona, tale insomma da metter perfettamente *à leur aise* i convitati più timidi e più selvatici. Si sottintende che ella deve conoscer tutto di loro: l' ingegno, le attitudini, la professione, la qualità dello spirito, i recenti trionfi, i patiti dolori, per evitare molto di quelle *brioches* imbarazzanti che mettono una nota fredda nella

riunione: Così per esempio si eviterà di dire a uno scrittore illustre, dai bianchi capelli, noto per le sue lotte feconde e angosciose:

— Il signore si *diverte* sempre a scrivere? E si eviterà anche il caso di domandare a una signora recentemente divorziata o vedova: « Come sta l' amabile suo sposo? ecc.

III.

Entrando nel salotto da pranzo, il padrone di casa prenderà il braccio della signora più illustre o più d' età, guardando di non dar troppo valore a quest' ultimo particolare, giacchè a nessuna signora piace d' esser creduta la « vecchiona » della comitiva. Bisogna che la cosa accada quasi naturalmente e sia stata preparata con abilità. La padrona di casa sarà l' ultima a entrare, appoggiata al braccio.... di chi glie lo offrirà. Ella non può andare a *cercare* il cavaliere più autorevole per conferirgli quella specie di onore.

IV.

Dove certo si rivela in tutta la sua evidenza il « tatto » dei padroni di casa è nella scelta dei posti che essi hanno destinato ai loro ospiti. La signora più illustre o più rispettabile per età (non si dia mai alcun valore alla posizione finanziaria) occuperà il posto d' onore ed avrà alla sua destra un amico e alla sua sinistra il pa-

drone di casa. L' altro centro della tavola o il secondo posto d' onore sarà occupato dal signore più di età che avrà alla sua destra la padrona di casa e alla sinistra un' amica.

Poi tutti i posti seguiranno regolarmente alternando sempre una signora e un signore.

Sarà pensiero delicato della padrona di casa il metter vicine le une alle altre quelle persone che sono per così dire affratellate una all' altra da comunanza di studi, d'ideali, e di occupazioni. Quindi un finanziere non starà vicino a un letterato, nè una signora un po' vana e civettuola a un vecchio ecclesiastico.

V.

Oggi si dà molta importanza al colpo d' occhio estetico che deve offrire una tavola: quindi sono da evitarsi gli affastellamenti e le volgarità d' un lusso antiartistico.

Le tovaglie e i tovagliuoli, di finissima tela operata o broccata, saranno adorni di trine antiche, se la fortunata signora della casa si troverà a possederlo; se no, si supplirà con dei bei pezzi di refe imitanti a perfezione i « *punti* » più reputati e che si trovano in commercio a prezzi convenientissimi.

I così detti « *chemins de table* » vanno perdendo un po' di terreno perchè rimangono sacrificati sotto le piramidi dei trionfi di fiori e di frutta: ma fanno sempre bella figura se eleganti e in perfetta armonia col resto della biancheria.

Ho accennato ai trionfi di fiori; ma siccome questi graziosi figli del sole e della bellezza finiscono sempre con l' incomodar qualcuno io limiterei il loro intervento a una semplice, *bassa* e artistica paniera nel centro della tavola: e sceglierei i fiori più decorativi e meno odorosi, come margherite, orchidee, lilla bianca ecc.

*
* *

In un pranzo elegante si cambia la posata ad ogni pòrtata e si mettono a sinistra del convitato i varii bicchierini destinati ad accogliere il vermouth d' apertura, il chianti, lo sciampagna.

Non è elegante lo sfoggiare più di tre o quattro vini.

*
* *

Quando la casa lo consente, si prende il caffè in un salotto a parte o se la stazione lo permette nel giardino o sulla terrazza.

Col caffè si serve il cognac, il kummel e qualche altro liquore. Non si offrono sigarette.

Doveri degli ospiti verso i padroni di casa.

Il primo, il più importante, quello da cui si argomenta la buona educazione dell' invitato, è la precisione. Male, giunger mezz' ora prima dell' invito: peggio, giungere in ritardo.

Se il pranzo è elegante e le signore sono in abito chiaro, gli uomini dovranno vestire il « frac » o il soprabito.

I giovinetti possono presentarsi con una di quelle giacchettine nere a rovescie di seta, dette *smokings*.

Non è permesso, senza circostanze imperiose che ce ne facciano una necessità o un dovere, congedarsi subito dopo il pranzo e neppure mezz' ora dopo. Le persone bene educate passano l' intera serata nella casa ove hanno pranzato e — nell' andarsene — ringraziano la signora per le deliziose ore che essa ha loro procurato, anche se queste ore sono state assassinate da un' orgia di pianoforte suonato da principianti: anche se il pranzo è stato cattivo e il servizio pessimo.

Dentro gli otto giorni si fa la così detta visita di « digestione » in cui su per giù, si ripetono, ampliandole, le stesse cose dette nel congedarsi dal pranzo. Se la signora fosse in campagna o in viaggio, le si manda un telegramma, una letterina, un mazzo di fiori, a seconda del grado d' intimità che abbiamo con lei.

Un pranzo non ha — come le visite — l' ob-

bligo della restituzione, ma è gentil cosa convitare chi ci ha convitati: e chi non ha casa adatta a ciò, può trar partito dalla stagione per restituire il pranzo in qualche bel luogo campestre ecc.

Restituendo un pranzo dobbiamo rimaner *leggermente* inferiori alla sontuosità e all' eleganza di chi ci ha convitati pei primi.

Tutte le persone fini capiranno la ragione di questa delicata sfumatura.

I desinari fra amici.

Oh benedetti! Quì non ci sono doveri da compiere, nè convenienze da osservare: quì regnano sovrani amabili ed incontrastati, la cordialità e il buon cuore.

— Vieni domani da me a mangiare le tagliatelle alla bolognese: Mia moglie le cucina in modo superiore.

— Stasera vengo da te a sgretolar due uccelli. Serbameli.

Queste sono le formule d' invito, così gaie, così simpatiche, che versano nell' anima tanta dolcezza, tanto buon umore.

Spesso se ne fa anche a meno: l' amico giunge inaspettato quando si scodella la minestra, ed è una gara a restringersi, a fargli posto, a offrirgli i bocconi migliori.

*
* *

Ricevere i propri amici nell' intimità del proprio salottino da pranzo, metterli a parte del nostro modesto pranzetto, ridere insieme della sua-... ristrettezza, rimediarci, lì per lì, con un po' di formaggio, una frutta, un fumante piatto di castagne, oh, ma sono piaceri fini, squisiti; che i potenti della terra non possono gustare nè capire....

Ma..... e gli scrocconi?

Non entrano nelle mie viste. Io parlo di *amici:* e gli *amici,* come gl' intendo io, come gl' intendete voi, *usano* dell' ospitalità, ma non ne abusano.

Calendarietto Gastronomico

Le persone che lo consulteranno sono prevenute che non vi sono stati accennati i prodotti ottenuti artificialmente contro l' ordine naturale delle stagioni.

GENNAIO.

Carni in genere.

Bove, vitello, agnello, maiale, montone.

Selvaggina.

Lepre, cinghiali, pernici, beccacce, beccaccini, tordi, starne.

Pollame.

Capponi, galline, galletti.

Pesce di mare.

Naselli, sogliole, ragni, triglie.

Pesce d' acqua dolce.

Anguille.

(*Coquellagés.*)

Ostriche, ariguste.

Legumi ed erbaggi.

Cavolo nero, cavolini di Bruxelles, cavol fiore, broccoli di rapa, radicchio, cardi, spinaci, bietole, carote, cipolle, patate.

Frutti.

Mele, pere, nespole, noci, mandorle, arancie, mandarini.

FEBBRAIO.

Carni, selvaggina, pollame, pesce di mare, pesce d' acqua dolce ecc. come il *Gennaio.*

MARZO.

Carni, come i due mesi precedenti, escluso il maiale.

Selvaggina.

Conigli.

Pollame.

Tacchini, galletti, anatra.
Pesce di mare e d' acqua dolce, come nei mesi precedenti.

Legumi ed erbaggi.

Cavol fiore, cardi, lattughe, carciofi, patate, piselli, cipolline.

APRILE.

Carni e pollame come il mese precedente.

Pesce.

Acciughe, aringhe.

Legumi ed erbaggi.

Cavoli verzotti, lattughe, zucchini, fagioletti, piselli, carciofi, radici, carote.

Frutti.

Pere, susine, mandorle.

MAGGIO.

Carni: Bove e vitella.

Pesce di mare.

Salmone, triglie, ragno, ombrina, storione, calamai, naselli, sogliole.

Pesce d' acqua dolce.

Tinche ed anguille.

Legumi ed erbaggi.

Cavoli bianchi, lattuga, insalata romana, carciofi, bietole, spinaci, asparagi, piselli, zucchini — ogni specie di verdura.

Frutti.

Pere, albicocche, susine, ciliege, fragole.

GIUGNO.

Carni, pesce, pollame, erbaggi, legumi, frutti come il mese precedente.

LUGLIO.

Carni e pesce come il mese precedente.

Pollame.

Piccioni e galletti.

Legumi ed erbaggi.

Cavoli, fave, fagiuoli, asparagi ecc.

Frutti.

Pere, susine, pesche, ciliegie, fichi, ribes, uva, fragole, cocomeri, poponi.

AGOSTO.

Tutto come il luglio, con maggiore abbondanza e varietà di frutta.

SETTEMBRE.

Carni.

Bove, vitella, agnello, maiale.

Selvaggina.

Caprioli, scamosci, lepri, fagiani, pernici.

Pollame.

Galline, tacchini, anatre, piccioni e galletti.

Pesci d' acqua dolce.

Tinche, anguille.

Pesci di mare.

Salmone, naselli, triglie, ragni, ombrine, storione.

Legumi ed erbaggi.

Fagiuoli, piselli, cavoli, cardi, carciofi, insalate d' ogni specie, funghi, barbabietole ecc.

Frutta.

Uva d' ogni specie, pesche, fichi, pere, susine, noci, nocciuole, poponi.

OTTOBRE.

Carni, come nel mese precedente.

Selvaggina.

Uccelli di becco fine, lepre, conigli, oche selvatiche, fagiani, pernici, beccaccie, ec.

Pollame e pesce.

Come nel mese precedente.

Legumi ed erbaggi

Cardi, radicchio, cavoli bianchi, carote.

Frutta.

Come nel mese precedente, con minor varietà e ricchezza.

NOVEMBRE.

Carni, come nei mesi precedenti, con maggiore abbondanza di carni suine e d' insaccati.

Selvaggina, pollame e pesce.

Come nel mese precedente.

Legumi ed erbaggi.

Cavolo nero, cavol fiore, cardi, broccoli, spinaci, radicchio, carote.

Frutta.

Mele, pere, castagne, noci, nespole, arancie.

DICEMBRE.

Carni: Bove, vitella, agnello, maiale, montone.

Selvaggina.

Tutta.

Pollame.

Capponi, tacchini, oche, anatre, galline.

Pesci di mare e d' acqua dolce.

Come in gennaio.

Legumi e frutti.

Come in novembre.

Piccolo Vocabolario gastronomico.

(coi prezzi approssimativi pratici in Italia).

ACETO.

È una sostanza liquida, di un sapore acido, rossastra, che si ricava dalla fermentazione del vino. E l' aceto di vino è il più adoperato nella nostra cucina quantunque si possa ricavare anche dalla birra, dallo zucchero e perfino dal legno. È un appetitoso condimento delle insalate e dà un gusto piccante a certe vivande speciali. Quello di prima qualità costa circa sessanta centesimi al litro, va conservato in recipienti puliti, tappati con cura e tenuti in luogo buio e fresco. Si può fare anche in casa facendo inacidire del vino di ottima qualità.

In Italia sono celebri gli aceti di Modena.

AGLIO.

È una pianta di sapore acutissimo col bulbo diviso in tanti spicchi. Appartiene alla famiglia delle gigliacee. Ce ne serviamo per condimento; ed è adoperato in ispecial modo a ravvivare l'insipidezza di certe vivande come le zucche, le carni lesse, e le insalate ecc ; ma non si usa quasi mai nella cucina molto elegante. È un errore divulgatissimo quello di credere che l' aglio messo a cuocere insieme coi funghi velenosi ne indichi, col diventar nero, la cattiva qualità. L' aglio rimane immacolato anche se messo a cuocere con la peggiore qualità di funghi e può diventar nero nel caso contrario.

Inutile dire alle amabili lettrici che l' aglio è uno dei più potenti vermifughi che si conosca. Costa pochissimo: con pochi centesimi se ne può avere una *resta* intera.

ACQUA.

Chimicamente è una conbinazione di idrogeno e di ossigeno. Ma, oltre agli elementi che la costituiscono, contiene anche molte altre sostanze disciolte. Nelle città, nelle quali l' acqua di sorgente non è di buona qualità, si usano, (per renderla potabile) fontane fornite di un apparecchio di filtrazione. L' acqua per gli usi di cucina deve possibilmente esser limpida, chiara, senza odore nè sapore; non deve contener molti sali, perchè in questo caso è assai difficile che sciolga bene il sapone e cuocia i legumi. L' acqua anche leggermente infetta è il veicolo di molte malattie contagiose ed è bene farla analizzare prima di servirsene.

Nell' infierire di certe epidemie come il tifo, l' influenza, il colera, è normale suggerimento di igiene il filtrarla.

ASPARAGIO.

Il latino « *asparagus officinalis* » ha un rizoma corto dal quale riescono in primavera diversi polloni fioriti di squame. Questi crescono di poi tanto da acquistare un' altezza di un metro o poco meno, diramandosi molto in rami sottili, gli ultimi dei quali stanno come setole in fascetti all' ascella delle foglie, che sono allo stato di piccolissime squame. I fiori giallognoli campaniformi, solitari o a paia sono divisi in « staminiferi e pistilliferi » Il frutto è una bacca globosa, della grossezza di un pisello, scarlatta quand' è matura. L' asparagio è una *verdura* assai fine, assai ricercata. Il prezzo è variabile dai cinquanta fino ai novanta centesimi il *mazzo* e qualche volta sale anche più in su.

CAVOLO.

Il cavolo (*brassica oleracea*) ha nel suo stato di completo sviluppo una radice fusiforme e un fusto eretto alto un metro e poco meno, liscio, lamoso. Le foglie sono da per tutto ricoperte di uno strato cereo che le rende glauche, sono rosse, le inferiori roncate; le superiori bislunghe e ristrette in basso. I fiori, grandi e gialli, con disposti in un grappolo allungato.

Vi sono varie specie di cavolo; cavolo bianco cavolo di Bruxelles, cavolo verzotto, cavolo nero, cavol fiore. Si adopera in generale per contorno alla carne e per render più saporita la minestra. Il prezzo può variare dai dieci centesimi ai trenta secondo la stagione.

AGNELLO.

Secondo le definizioni degli zoologi l' agnello è il « parto tenero della pecora non ancora uscito dall' anno. » La sua carne è saporita; molto nutriente. Si mangia preferibilmente cotto arrosto o in umido; però è un cibo abbastanza grossolano. Costa circa una lira e cinquanta al chilogrammo.

ANIMELLE.

Una delle parti interiori del corpo dell' animale, bianca e di sostanza molle e spugnosa. È un cibo molto delicato e nutriente. Costa, giù per su, quanto la carne.

BURRO.

Si chiama *burro* la parte più grassa del latte separata dal siero e sbattuta lungamente in una zangola, finchè non sia diventata tenera come la pasta. Si adopera come condimento, special-

mente in Lombardia e in tutta l' alta Italia. Costa L. 3 al Kg. Le contraffazioni del burro sono molto facili, ma è anche più facile il riconoscerle. Il burro autentico deve essere bianco giallastro, duro, di sapore dolciastro.

BACCALÀ.

Si dà questo nome a un pesce, bianchiccio col corpo liscio, fusiforme e mediocremente allungato che si pesca nell' Oceano Settentrionale e si porta a noi seccato al sole o al vento e salato. Si fa la preparazione di questo pesce, ottimo a mangiarsi, sui banchi di Terranova nell'America settentrionale. È un cibo molto comune e grossolano; e costa circa una lira àl Kg.

CAPPERI.

Specie di pianta sempre verde, che ordinariamente si abbarbica sui muri e produce un frutto piccolo, verde, duro, che si conserva sott' aceto e col quale si dà grazia e sapore ai condimenti e alle salse. I capperi costano pochi centesimi l' ettogramma.

CARCIOFO.

Pianta, il cui frutto a forma di pino è composto di piccole foglie a squame, dure e coriacee nella cima, morbide alla base. Si mangia cotto in varï modi, e anche crudo, condito con olio, sale, pepe.

Si coltiva, per lo più negli orti: il prezzo può variare dai due ai ciuque soldi.

CAFFÈ.

Arboscello della famiglia delle Rubiacee, originario dell' Arabia, il cui seme tostato e ridotto in polvere, si adopera, infuso nell' acqua o nel latte.

È una bevanda che eccita il sistema nervoso. Il prezzo del caffè varia tra le quattro e le cinque lire il Kg..

CILIEGIA.

Frutto del ciliegio, piccolo, tondo, di color rosso o nero, acquidoso, con nocciolo assai duro, attaccato a un peduncolo lungo e sottile. Le ciliegie si possono mangiare come frutta fresche nell' estate, e conservate sotto lo spirito nell' inverno. Il prezzo varia da 10 ai 40 cent. al Kg.

CAROTA.

Specie di pianta la cui radice, chiamata pure *carota,* si mangia cotta. Serve anche di condimento nelle minestre, negli umidi etc.

Le carote si vendono a mazzi, e il loro prezzo è bassissimo.

CIOCCOLATA.

Pasta che si compone di diversi ingredienti, ma specialmente di cacao e di zucchero.

Ordinariamente si vende in pani rettangolari, in tavolette, e in pasticche. È solubile, molto facilmente, nell' acqua tiepida, nel caffè, nel latte.

È nutriente e ingrassante.

Il prezzo varia dalle 3 alle 7 lire il chilogrammo.

CAVIALE.

Sorta di cibo fatto dalle uova del pesce storione od anche di certi altri grossi pesci che messe nell' olio e salate vengono spedite, in botti, dalla Germania e dalla Turchia.

È un cibo nerastro, molle, oleoso, di odore acuto e penetrante, di gusto acre. Si vende, per lo più, al minuto, essendo carissimo: il prezzo di un Kg. ascenderebbe, approssimativamente a L. 15.

CASTAGNA.

È il frutto del castagno: ha la pelle esterna coriacea, di color bruno rossiccio e la sostanza interna, farinosa, costituisce un buon alimento.

Macinando le castagne si ottiene una farina glutinosa che si adopera per far polente, migliaccini etc.

Costano, ogni litro, dai venti ai quaranta centesimi.

FAGIOLO.

(*Phaseolus vulgaris*). È una pianta annua, con fusto eretto o volubile e foglie senza viticcio con tre foglioline ovate aguzzate e con stipule molto piccole. I fiori bianchi o più di rado rossicci, compariscono in grappoli poco forniti all' ascella delle foglie. Il baccello che è allungato, ha parecchi semi e mostra tramezzi trasversali; I semi sono reniformi, per lo più bianchi, ma possono essere gialli, bigi, rossi, o brizzolati.

FARINA.

Polvere che si produce mediante la macinazione di cereali, biade, legumi, castagne secche. Nel senso più usato della parola, si intende la farina di grano o di frumento. Nella cucina ha moltissimi usi.

Costa circa sessanta cm. al Kg.

FINOCCHIO.

È una specie di pianta aromatica, della famiglia delle ombrellifere, che produce grossi fiori gialli: Si coltiva negli orti e fa un cesto tenero, bianco, saporito la cui parte inferiore si mangia ordinariamente cruda condita con olio, sale e pepe. Costa pochi centesimi.

FEGATO.

L' organo glandulare di secrezione della bile. Nella cucina si adopera il fegato di bove, di agnello, di vitella.

È per lo più grosso, carnoso, di color rosso cupo, molto gradito al sapore.

Il suo prezzo varia da una lira a una lira e cinquanta al Kg.

FUNGHI.

Nome volgare di un ordine di piante crittogame, di consistenza molle, spugnosa e coriacee. Hanno forma svariata, ma per lo più sono forniti di una specie di gambo o cappello. Nascono nei luoghi incolti, specialmente dopo le pioggie di primavera e di autunno. Il loro prezzo varia a seconda delle stagioni, ma non supera quasi mai i due franchi al Kg.

FICHI.

Sono i frutti del fico: hanno la forma di pera un po' bislunga, la buccia di color vario secondo la specie, e la polpa tenerissima, molto dolce, piena di piccoli granelli, più o meno rossiccia. Si mangiano freschi nell' autunno; seccati nell' inverno. Si vendono a un prezzo vilissimo,

tanto che nella stagione in cui si trovano in abbondanza non è difficile averne dieci o quindici per un soldo.

FORMAGGIO.

Si chiama formaggio o cacio il latte delle pecore, capre, bufale e vacche, cagliato, cotto, salato e preparato nelle forme. Ci sono molte qualità di formaggio; il parmigiano, il pecorino, il *gruyére*, il reggiano, il gorgonzola, lo stracchino. Si usa per condimento e per companatico: in generale il suo prezzo non supera mai le L. 5 al chilogramma; e per lo più si vende al minuto.

LIMONE.

Pianta del genere cedro, che fa i fiori bianchi e odorosissimi: il frutto è bislungo, appuntato, con buccia esterna gialliccia, di sapore aromatico, con polpa biancastra. Si adopera per dare un po' di profumo a certe pietanze, specialmente dolci: spremuto nell' acqua il limone dà una bibita gradevole, rinfrescativa, leggermente astringente.

LATTE.

Materia animale, liquida, biancastra, opaca, viscida, più densa dell' acqua, molto dolce e delicata al gusto. È una secrezione delle glandole mammarie. Raccolto in un vaso e abbandonato a sè stesso alla temperatura ordinaria il latte si decompone, la parte che viene alla superficie, è la più gialla, la più densa, la più nutritiva: la crema. L' altra parte, acquosa ed insipida, si chiama siero.

Le specie di latte ricercate come bibita o come medicamento sono il latte di vacca, di capra, di pecora, di cavalla, di asina.

Il più usitato è il latte di vacca, nutrientissimo, leggermente ingrassante. Il latte è un alimento completo, cioè contiene gli elementi di tutte le sostanze nutritive, ed opera effetti prodigiosi in certe malattie dello stomaco e dell' apparato bronco polmonare, nella tubercolosi al primo stadio etc. — Spesso contiene bacilli dannosi per l' organismo umano; quindi, prima di beverlo va sempre e scrupolosamente bollito. Se ne misura la maggiore o minor densità con uno speciale strumento, accessibile a tutte le borse e che si chiama appunto densimetro. Costa circa 30 cent. al litro.

LATTUGA.

Ortaggio a foglie sottili, morbide, lisce e un poco crespe, ora erette e distese, ora curve e serrate come in palla. Ogni pianta si dice cesto. Si mangia ordinariamente cruda, condita con olio sale e pepe; più raramente cotta. Costa pochi centesimi al cesto.

MAIALE.

Porco ingrassato per ammazzarlo e mangiarlo. La sua carne, rossa e muscolosa, si mangia soltanto nella stagione fredda, o tagliata direttamente dal cadavere della bestia, o battuta e insaccata. In quest' ultimo caso prende il nome di salame, salsiccia, coteghino etc.

Il maiale è un cibo molto nutriente e riscaldante; costa circa un franco e quaranta al Kg.

MELE.

Sono i frutti del melo, di buccia sottile, più o meno colorita secondo la specie. Si mangiano crude, per frutta, o cotte nell' acqua zuccherata. Costano dai 30 ai 90 cmt. al kig.

MOSCATA (*Noce*).

— È il frutto del moscato aromatico, albero della famiglia delle laminee; anzi per essere più precisi diremo che la noce moscata è il nocciolo centrale del frutto. Il moscato aromatico è originario delle Molucche. La noce è piccola, rugosa all' esterno, compattissima all' esterno. Una quantità microscopica, unita alle salse e ai battuti serve a profumare gradevolmente tutta la pietanza e a darle un sapore caratteristico. Il suo profumo è acutissimo e può in molti casi nascondere il cattivo odore che esala dalle carni non perfettamente fresche. Inutile dire che i trattori poco coscienziosi se ne servono su larghissima scala. — Costa pochi centesimi.

OLIO.

Liquido denso, giallastro che si ricava dalle ulive. È un eccellente condimento per le carni e i legumi. Si adopera molto in Toscana, poco in Lombardia e nel Piemonte.

È un ottimo conservatore dei legumi, dei vini, e delle carni secche. Quello di prima qualità costa circa due franchi al chilogramma.

PARMIGIANO.

È una qualità di formaggio, dal sapore acre, dall' odore assai acuto, usitatissimo nella cucina lombarda e toscana, come condimento di moltissime vivande.

La buccia è grossissima e oscura; l' interno bianco giallastro, disunito, leggermente umido, quando il formaggio è buono e fresco. I pizzicagnoli lo vendono all' ingrosso e al minuto. Costa generalmente trenta centesimi l' ettogrammo.

POMODORO.

È un frutto rosso, sugoso, molle, leggermente acido, dalla buccia fine e molto liscia. Il sugo copioso che secerne è di un gusto molto gradevole, e si adopera come condimento degli umidi delle minestre, degli erbaggi. La pianta si coltiva nei paesi del mezzogiorno, ed ha bisogno per crescer vigorosa, di un clima temperato. Il prezzo del pomodoro può variare da un *minimum* di due soldi al *maximum* di una lira, o una lira e venti al chilo. Si adopera fresco l' estate: per l' inverno si può serbarne il sugo salato, solidificato e compresso, la cosiddetta *conserva* che ha un sapore più acido e più acre; e si scioglie facilmente nell' acqua e nel brodo. Il sugo di pomodoro, adoperato in gran quantità può esser causa di gravi disturbi viscerali, specialmente l' estate.

PREZZEMOLO.

È un erba odorossissima, che si adopra per condimento. Si coltiva negli orti, dove cresce abbondantissimamente: per la straordinaria sua

diffusione in commercio non ha prezzo; tanto che con pochi centesimi se ne hanno grossi fasci.

PEPE.

È un frutto che viene dall' India.

Ridotto in polvere si adopera per aromatizzare e rendere più acuto e piccante il sapore delle vivande.

Si adopera molto nella cucina alla casalinga, pochissimo nella cucina elegante. Costa pochi centesimi l' ettogrammo.

POLLAME.

Sotto il nome generale di pollame si comprendono molti animali della stessa famiglia, la cui carne, delicata e succolenta, è cibo usitatissimo nella nostra cucina: come i galletti, le galline, tacchini etc.

Il prezzo del pollame, secondo la stagione può variare dalle 2 alle 3 lire al kilogr. La sua carne è leggera e nutriente.

PERE.

Sono i frutti del pero; si mangiano crudi e cotti in acqua zuccherata. Il loro sapore è dolce è gustoso. Il prezzo varia dai 30 ai 90 cm. al Kg.

PROSCIUTTO.

Si chiama prosciutto la coscia del porco salata e conservata in modo che prosciughi, per poi mangiarsi a fette. Il prosciutto buono e sano

deve essere roseo; e la sua parte grassa soda e bianchissima. Costa circa tre franchi al chilo. Si adopera anche per dar maggior sapore a certe vivande, come gli arrosti.

PATATA.

Pianta che si coltiva per la sua radice tuberosa che è di polpa morbida e farinacea. Si mangia cotta in tutti i modi; ma è pochissimo nutriente. Il suo prezzo varia tra i trenta e i sessanta cent. al Kg.

PESCE.

Sotto questo nome generico si comprendono tutti i pesci la cui carne è buona a mangiarsi, come la sogliola, la triglia, il nasello, l' ombrina, il ragno, il merluzzo. La carne di pesce è leggiera e molto nutriente perchè ricca di sostanze fosforiche. Si mangia cotta in tutti i modi; il suo prezzo varia dai 90 centesimi a 2.50 al Kg. quando si compri a taglio: i pesci interi hanno prezzi vari secondo la bontà e la finezza delle carni.

PASTA.

Pasta o *paste* si chiama quella sostanza, composta di farina di grano e d' acqua che lasciata seccare e ridotta in piccolissimi pezzetti di varie forme si cuoce per mangiarla in minestra. Costa circa 60 centesimi al chilogrammo.

PISELLO.

Il pisello è una specie a pianta leguminosa la quale produce un frutto a siliqua; i suoi semi, piccoli, verdi, di forma rotonda si mangiano

cucinati in varii modi ma per lo più in umido. Sono molto gustosi, quantunque abbiano poca o punta importanza nutritiva. Costano, in media, una lira al chilogramma; ma possono, in certi casi salire anche a due lire due lire e cinquanta e tre lire. Si adoperano molto nella cucina elegante.

RISO.

È una pianta che si coltiva nei luoghi umidi e paludosi. Il suo frutto si mangia ordinariamente per minestra. È ingrassante al massimo grado; e costa circa 60 cent. al kg.

RICOTTA.

Si chiama *ricotta* la parte grassa albuminosa e caseosa cavata dal siero del latte. È un cibo molto nutriente e ingrassante. Si adopera anche per condimento, specie nell' alta Italia. Costa circa 1 lira e cinquanta al chilogramma. Si trova sempre; ma si mangia, ordinariamente, in primavera.

Come tutti i derivati del latte, si decompone rapidamente; va quindi tenuta a preferenza in luoghi secchi e freddi.

RADICI.

È una pianta che ha la radice carnosa bianca o rossa, bislunga e rotonda. Il suo sapore è forte e acre: Si mangia ordinariamente con le carne lesse, e costa pochi centesimi. Per un soldo se ne possono avere quindici o sedici, riunite in un mazzo.

ROSOLIO.

Il rosolio è una sorta di liquore composto di spirito di vino, zucchero e droghe, ed è chiamato rosolio perchè l' olio di rose fu sulle prime adoperato per la sua composizione. Ha prezzi diversi secondo la qualità: è riconfortante ed eccitante. Si possono fare rosoli con la distillazione di molti frutti: così abbiamo rosoli d'anaci, aranci, limoni, menta ec. ec.

SPINACI.

È una pianta erbacea, filamentosa, che tritata si suol mangiare, cotta in varii modi, come contorno alle carni. È poco nutriente. ma molto rinfrescante ; si vende a mazzi e ciascun mazzo non costa più di un soldo o — al massimo — due.

SALE.

Chiamasi così in chimica il composto di un acido e di un metallo o un metalloide. Ma nel significato ordinario s' intende per sale il cloruro di sodio o sal marino. L' acqua di mare non ha che un grado debolissimo di *salsedine*, mentre le acque delle miniere di *sali fossili* ne contengono una maggiore quantità. Il sale serve per condire le vivande e per conservarle: introdotto nell' organismo, in debite proporzioni, agisce come ottimo disinfettante e rende assai più facile il meccanismo digestivo. In commercio si vende a sessanta centesimi il chilo, ma dovrebbe costar molto meno. Ne aumentano il prezzo le gravi tasse che v'impone il governo.

SEDANO.

Questa pianta occupa un luogo distinto fra quelle generalmente coltivate negli orti per uso della mensa. Ha la radice a fittone, fibrosa, scuro-rossa di fuori, bianca internamente; lo stelo nodoso, grosso, striato. Fiorisce nel luglio, e per lo più nei luoghi umidi. Quantunque sia abbastanza insipido al gusto, pure c' è chi lo mangia semplicemente condito con olio e aceto: per lo più si adopera come erba aromatica, in unione al prezzemolo e ad altre erbe odorose. Non ha speciali virtù nutritive, nè prezzo determinato.

SALVIA.

La salvia è un' erba aromatica con le foglie di un verde bigiastro un po' pelose; si usa specialmente negli arrosti, per renderne più piccante il sapore. Si vende a mazzi; e ogni mazzo costa pochi centesimi. —

TARTUFI.

Il tartufo è una pianta della famiglia dei funghi, di figura bernoccoluta, senza radice e senza foglie. Tramanda un odore acutissimo e molto piacevole, e si adopera tagliato in fette sottili, per condir salse, e come contorno. Un tartufo nero, di Norcia (quelli del Piemonte sono bianchi e si vendono più a buon mercato), e della grossezza di una noccinola, può costare dai quaranta ai sessanta centesimi. Il tartufo è un alimento di lusso; ed un cibo molto eccitante.

UVA.

È il frutto della vite del quale si fa il vino. Si mangia anche come frutto. I medici la consigliano in certe speciali affezioni di petto. Quando sia seccata in Toscana prende il nome di « Zibibbo ». Il suo prezzo può variare da centesimi 60 a L. 2 al kg., secondo la stagione.

VITELLA.

Zoologicamente parlando è la femmina del vitello. La sua carne è bianca, tenera, nutritiva e delicata. Si cuoce in tutti i modi; ma preferibilmente arrosto e in umido. Costa circa 2 fr. al kg. —

VAINIGLIA.

Vainiglia o *vaniglia* è un fruttice rampicante dell' america tropicale e delle Indie, appartenente alla famiglia delle Orchidee, coltivata da noi nelle stufe e che fa un baccelletto detto pur esso vainiglia, di odore gratissimo, alquanto mischiato. Si usa per lo più per dare un profumo gradevole ai dolci.

Costa un soldo o due ogni baccello.

ZUCCA.

È un genere di piante che forma il tipo della famiglia delle cucurbitacee. Tutte le specie di questo genere sono erbe annue, a fusto carnoso, di vegetazione assai rigogliosa che producono frutti generalmente mangerecci. Nella nostra cucina sono adoperate zucche piuttosto piccole

e tenere, di buccia sottilissima, di polpa morbida e biancastra. Non hanno nessuna proprietà nutriva ma sono un ottimo rinfrescante ed hanno un sapore molto gustoso. Il loro prezzo come quello di tutti gli erbaggi, può variare secondo i paesi e secondo che la stagione è più o meno inoltrata. Costano circa tre soldi la dozzina.

ZUCCHERO.

Questo nome vien dato in generale dai chimici ad una classe di sostanze organiche le quali, poste in circostanze favorevoli sono capaci di subire la fermentazione alcoolica. Esistono varie specie di zucchero, che si distinguono fra loro per la forma dei loro cristalli, pel grado di calore che determina il loro punto di fusione e per altri caratteri scientifici. Allo zucchero di canna, che è un importazione d' America cominciò a far concorrenza quello di barbabietola.

Lo zucchero è usitassimo nella nostra cucina e viene adoperato principalmente nei dolci. Alcuni lo mettono, in dosi moderate, a cuocere con certi erbaggi, per aggraziarne il sapore, p. es. nella cipolla, nei piselli etc.

Lo zucchero buono dev' esser cristallino, trasparente, granuloso, e costa circa 1 lira e cinquanta al chilo; quello di qualità inferiore, rossastro, si può avere con una lira e venti al chilo. I droghieri lo mescolano spesso con farina, amido ed altre sostanze, abbastanza innocue, ma che non sono.... zucchero. Lettrice avvisata è mezza salvata.

FINE.

Pagetone di

INDICE

Al Principe Ginori-Conti 3
Amabili signorine 5
Il focolare domestico 11
L' appetito 13
La siesta 16
La digestione 17
La cucina 19
I mobili e gli utensili 2I
Ravioli toscani 24
Frittata a piramide 25
Pane di fegato ivi
Torta di riso ivi
Caffè e latte 26
Minestra di carne 37
Ovoli ai ferri ivi
Tortino di tartufi 38
Braciolette di maiale al vino ivi
Pere col rhum 39
I desinari del popolino ivi
Zuppa alla modenese 47
Crostini grassi ivi
Costolette parlamentari ivi
Mele dolci 48
Pranzi alla carta ivi
Minestrina di patate 55
Scaloppe col marsala ivi
Petti di pollo alla parigina 56
Crema ricostituente ivi

Il piatto di Natale 56
Minestra alla cacciatora 58
Crostini patriottici ivi
Polpettine di pollo 59
Pan dolce ivi
Come si apparecchiava una volta (I) . . . 60
Cannelloni ripieni 62
Costolette di vitella alla fiorentina 63
Polpettine col marsala ivi
Mele alla buona donna 64
Come si apparecchiava una volta (II) . . ivi
Taglioline alla bolognese 65
Crostini di caviale ivi
Vitella arrosto alla cacciatora 66
Budino di patate ivi
Come si apparecchiava una volta (III) . . 67
Spaghetti col prosciutto 68
Pesce alla marsigliese. ivi
Tonno alla romana ivi
Il vino 69
Zuppa con piselli 71
Formaggelle alla piemontese. ivi
Carciofi ritti 72
Ciliegie alla madrilena ivi
Un desinare chinese 73
Minestra sui fagioli passati 75
Il lesso ivi
Salsa fredda 76
Patate ripiene ivi
Mele con gli amaretti ivi
La cipolla 77
Minestra alla casalinga 79
Altra minestra detta minestra verde ivi

Crostini ripieni 80
Vol-au-vent alla casigliana ivi
Marroni col rhum ivi
Il fagiolo 81
Riso primaverile 83
Crochetti di fegato ivi
Polpettone alla casalinga 84
La sobrietà ivi
Vermicelli col pomodoro 85
Scaloppine di bove 86
Riccioli verdi ivi
Latte affricano 87
Per dimagrare ivi
Riso all' uovo 90
Carciofetti con l' acciuga 91
Costolette con piselli ivi
Sformato di caffè e rhum 92
Gli asparagi ivi
Minestra di ricotta 94
Pasticcini ripieni 95
Bistecche alla fiorentina ivi
Fragole alla domenicana ivi
Il cavolo 96
Zuppa julienne 99
Fagiolini in erba 100
Zampa burrata ivi
Savoiardi ubriachi ivi
Le ciliegie 101
Minestrina di stracciatelle 102
Fegato alla tunisina 103
Pollo al martirio ivi
Pollo alla cacciatora 105
La fragola ivi

Zuppa di punte di sparagi 105
Ova in scatola 106
Crocchettine di cervello ivi
Il gelato 107
Semolino alla crema 108
Salse mayonnaise ivi
Bove in marmitta 109
Arancie col rhum ivi
I poponi ivi
Un brodo sostanzioso ottenuto in mezz'ora . . 111
Pasticcetti di pollo ivi
Fegato alla veneziana 112
Caffè e latte composto ivi
Come si deve bere il latte ivi
Minestra in pochi minuti 113
Patate tartufate 114
Valigette di riso ivi
Liquore casalingo al caffè 115
Il caffè 116
Riso sul brodo 117
Lesso composto 118
Vitella arrosto morto ivi
Torta Savoia 119
La scoperta del miele 120
Lasagne col prosciutto 121
Polpettine di carne ivi
Vitella rotolata 122
Scaloppine verginali ivi
Riso con zibibbo ivi
Il veleno delle anguille 123
Zuppa alla rustica 124
Uova a rotelline ivi
Tonno col cavolo ivi

1100

700

750

3k

Studio

archeol-

ogico

Biblioteca Nacional de Maestros